

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN COVID19 - COLABORADORES (PCOVID19-01) ABRIL 2020

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
1	Tomarse la Temperatura	Colocar el termómetro en la zona del cuerpo en la que se medirá la temperatura: en la axila, y espere unos 3 minutos Si presenta síntomas como: fiebre 38°, tos seca, dolor de garganta o dificultades para respirar, no debe salir de su domicilio y llamar al 0800.	Antes de Salir de sus domicilios	En su domicilio	Todos los Trabajadores
2	Utilizar barbijos	Higienizarse las manos con jabón o detergente, y agua, secarse con toallas de papel descartable o de tela bien limpias, colocarse el Barbijo o Tapabocas, si es desechable, al terminar el día depositarlos en contenedores de residuos y de ser reutilizables desinfectarlos todos los días	Antes de Salir de sus domicilios, durante el viaje al trabajo, durante la jornada de trabajo, en el transporte de regreso a su domicilio	Desde que sale de su domicilio al trabajo, trayecto in itinere ida y vuelta, durante toda la jornada laboral	Todos los Trabajadores
3	Utilizar anteojos de seguridad transparente	Higienizarse las manos con jabón o detergente y agua, secarse con toallas de papel descartable o de tela bien limpias, colocarse el antejo de seguridad transparente. El mismo debe ser lavado con agua y jabón o detergente antes de ser utilizado y después de terminar de usarlo. Se seca con las toallas de papel descartables.	Deben colocarse antes de salir de sus domicilios, y usarlos durante el viaje al trabajo, durante la jornada de trabajo, en el transporte de regreso a su domicilio	Desde que sale de su domicilio al trabajo, trayecto in itinere ida y vuelta, durante toda la jornada laboral	Todos los Trabajadores
4	Portar el Certificado Único Habilitante para Circulación (CUHC) - Covid-19 y presentar con su DNI a las autoridades que lo requieran	El certificado único habilitante se completa y descarga de la página oficial del gobierno nacional. Verificar los permisos complementarios que exige cada provincia y solicitar a su empleador.	Deben portar con sus pertenencias antes de salir de sus domicilios, al hacer algún trámite de la empresa o al volver a sus domicilios	Deben conservarlo en un lugar seguro entre sus pertenencias	Todos los Trabajadores

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
5	Evitar tocarse la cara, ojos, nariz y boca	En caso de tener que hacerlo, antes lavarse las manos con agua y jabón conforme el protocolo establecido, o frotarse las manos con alcohol en gel	Antes de Salir de sus domicilios, durante el viaje al trabajo, durante la jornada de trabajo, en el transporte de regreso a su domicilio	Desde que sale de su domicilio al trabajo, trayecto in itinere ida y vuelta, durante toda la jornada laboral	Todos los Trabajadores
6	Toser o estornudar en el pliegue del codo	Al toser o estornudar, por más que tenga barbijo, hacerlo en el pliegue codo, para evitar diseminar cualquier fluido	Antes de Salir de sus domicilios, durante el viaje al trabajo, durante la jornada de trabajo, en el transporte de regreso a su domicilio	Desde que sale de su domicilio al trabajo, trayecto in itinere ida y vuelta, durante toda la jornada laboral	Todos los Trabajadores
7	Usar ropa adecuada para el trabajo	Usar pantalón largo y camisa de mangas largas abrochadas. Al regresar a la casa proceder al lavado con agua y jabón inmediatamente.	Todos los días de trabajo	Desde que sale de su domicilio al trabajo, trayecto in itinere ida y vuelta, durante toda la jornada laboral	Todos los Trabajadores
8	Mantener 1,5 metros (1,5m) de distancia si viaja en transporte público o de la empresa (Distancia de Seguridad)	Antes de subir mantener las distancias entre sí, haciendo fila, evitar el contacto físico y sentarse en asientos separados	Durante el viaje desde su domicilio a su trabajo	En el transporte público	Todos los Trabajadores
9	Desinfectarse los botines de seguridad, zapatos de seguridad, zapatos de trabajo	Frotar la suela de zapatos sobre un paño humedecido en lavandina diluida en agua ubicado en piso. Colocar 1 parte de lavandina por 50 partes de agua para la dilución. O colocar una cuchara sopera (10 ml) de lavandina en 1 litro de agua y embeber el paño a utilizar. Manipulación de lavandina con guantes de limpieza habitual.	Todos los días cuando ingresan a la empresa o a la obra y antes de marcar la asistencia	El paño estará en el ingreso a la empresa	Todos los Trabajadores
10	Lavarse las Manos	Siguiendo el procedimiento de los 11 pasos, utilizando agua y jabón. Mojar las manos con agua. Aplicar una pequeña cantidad de jabón. Frotar las palmas de las manos (lejos del agua). Frotar los dedos y los pulgares. Frotar las uñas en las palmas de tu mano. Frota la parte posterior de cada mano. Enjuagar con agua limpia. Secar con una toalla de papel, cerrar el grifo con ese papel y arrojarlo al cesto de basura colocado al efecto.	Todos los días antes de comenzar sus labores y durante el día en forma regular	En el lavamanos provisto para tal fin	Todos los Trabajadores

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
11	Evitar el contacto físico con compañeros de trabajo, proveedores o personas externas a la empresa	Evitando el saludo con besos en la mejilla, abrazos o estrechándose las manos o alguna otra parte del cuerpo	Todos los días	En las instalaciones de la empresa, en la obra y en los trayectos in itinere	Todos los Trabajadores
12	Siempre Mantener 1,5 metros (1,5 m) de distancia (Distancia de Seguridad)	Mantener siempre con otras personas la distancia de seguridad de un metro y medio (1,5 m)	Todos los días, todo el tiempo, durante todas las tareas, en los momentos de llegada para el ingreso si se generan filas para el ingreso	En la obra, en la oficina	Todos los Trabajadores
13	Desinfectar regularmente los teléfonos móviles provistos por la empresa y/o los particulares	Apagar el celular quitar la funda y desenchufar cualquier cable o accesorio. Limpiar suavemente el frente y la parte trasera del teléfono sin presionar, con un paño suave humedecido en alcohol. Fórmula para desinfección: Colocar 7 partes de alcohol y 3 partes de agua en un recipiente limpio o en un rociador. Tener en cuenta que es inflamable y tiene que estar alejado del fuego. Es aconsejable mantener este rociador sobre mesas de trabajo, escritorios, salas de espera y en todos los ambientes de la casa donde los integrantes compartan tiempo y espacio.	Regularmente durante la jornada laboral	En su puesto de trabajo	Todos los Trabajadores

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
14	Utilizar los guantes desechables cuando sea necesario	<p>Cómo colocarse los guantes descartables:</p> <p>Una vez lavadas las manos correctamente, cumpliendo los 11 pasos, secar las mismas con toallas de papel descartables, arrojar las mismas en los basureros implementados a tal fin y colocarse los guantes descartables a ser utilizados.</p> <p>Cómo sacarse los guantes descartables:</p> <p>Tomar la parte exterior del guante por la muñeca sin tocar la piel.</p> <p>Despegar el guante de la mano, tirando de él de dentro hacia fuera.</p> <p>Sostener el guante que se acaba de sacar con la mano que aún está enguantada.</p> <p>Despegar el segundo guante metiendo los dedos dentro de él, a la altura de la muñeca.</p> <p>Dar la vuelta al segundo guante mientras se despega de la mano y se deja el primero dentro de este.</p> <p>Desechar los guantes a la basura sin reutilizarlos en ningún caso.</p> <p>Lavarse las manos con agua y jabón correctamente, inmediatamente después de desechar los guantes.</p>	Durante toda la jornada de trabajo	Durante la Jornada Laboral	Todos los Trabajadores
15	Usar Protector facial cuando sea necesario	Colocarse en el rostro haciendo presión en la frente, desinfectando el EPP con alcohol, jabón o detergente (antes y después de usarlo), y al terminar la jornada se guarda en un espacio destinado al efecto, o se pueden llevar a la casa, siempre y cuando lo mantenga desinfectado hasta que vuelva a usarla	Durante la Jornada Laboral	Dentro y fuera del trabajo	<p>Mandos medios y superiores de obra (Capataces, Jefes de Obra, Directores de Obra)</p> <p>Administrativos</p> <p>Personal Técnico</p>

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
16	Limpiar las áreas comunes, como pisos, picaportes, mesas, lugares donde se apoyan las manos, estantes	Limpiando y desinfectando con jabón, detergente o lavandina diluida. Colocar 1 parte de lavandina por 50 partes de agua para la dilución. O colocar una cuchara sopera (10 ml) de lavandina en 1 litro de agua y embeber el paño a utilizar. Manipulación de lavandina con guantes de limpieza habitual.	Previo a la Jornada Laboral Durante el horario de trabajo Al cierre de la Jornada	En áreas comunes y especialmente en Picaportes y apoya manos Baños Mesas y Sillas Estantes	Personal destinado a tal fin (Limpieza)
17	Extremar los cuidados en la manipulación de alimentos de la obra (cuando corresponda) Limpieza de mercaderías adquiridas	Mantener la cadena de frío y conservar los alimentos protegidos en todo momento con film, recipientes y etiquetas, no compartir los mismos. No compartir vasos, jarros, platos, cubiertos, tampoco mate ni tereré en momentos de descanso. Las compras realizadas de alimentos hay que limpiar con un trapo embebido en solución de lavandina y agua. Colocar 1 parte de lavandina por 50 partes de agua para la dilución. O colocar una cuchara sopera (10 ml) de lavandina en 1 litro de agua y embeber el paño a utilizar. Manipulación de lavandina con guantes de limpieza habitual.	Durante los horarios de almuerzo o descanso	En el sector definido para tal fin	Todos los Trabajadores
18	Lavar y desinfectar la vajilla, batería de cocina en caso de que tengan en el obrador	Lavar con agua y detergente sintético concentrado neutro biodegradable. No compartir los vasos, platos, cubiertos y cualquier otra vajilla, tampoco mate o tereré.	Durante los horarios de almuerzo o descanso	En el sector definido para tal fin	Todos los Trabajadores
19	Higienizarse las manos luego del contacto con billetes, monedas y tarjetas	Frotarse las manos con alcohol, o lavarse las manos con jabón o detergente, y abundante agua.	Luego de manipular billetes, monedas o tarjetas	Dentro y fuera del trabajo	Todos los Trabajadores
20	Desinfectar teclados de la computadora, escritorios y sillas.	Con un paño húmedo en jabón, detergente o alcohol, frotando en las partes donde se tiene contacto con las manos	Al iniciar la jornada laboral Al terminar la jornada laboral	En el trabajo	Administración Personal Técnico
21	Dar un destino especial a los Elementos de Protección Personal desechables utilizados	Mantener un contenedor especial para los elementos de protección personal desechables utilizados y tener especial cuidado al cerrar, desinfectando con aerosol para su destino a la recolección.	Al finalizar la jornada o en el momento de descartar un desechable	En todas las áreas de la empresa	Todos los Trabajadores
22	Ventilar los espacios cerrados	Mantener ventilado los espacios cerrados, abriendo las ventanas, o puertas	En todo momento	En la empresa, sector de oficinas, depósitos, etc,	Todos los Trabajadores

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
23	Mantener la limpieza y desinfección de las maquinarias, herramientas y vehículos	Higienizar y desinfectar antes y cada vez que se deja de utilizar una maquinaria, herramienta o vehículo	De forma permanente, cuando cambia de usuario	En la empresa	Todos los Trabajadores
24	Avisar a su encargado o capataz ante cualquier síntoma COVID-19 que tenga en el trabajo o de algún compañero de trabajo	Evitar tomar contacto con sus compañeros, avisar al capataz o encargado para que pueda comunicarse con las autoridades sanitarias.	De forma inmediata	En la empresa	Todos los Trabajadores
25	Ser comunicadores comprometidos de la prevención	Informar y difundir las buenas prácticas entre los compañeros de trabajo dentro de la empresa, y entre sus contactos fuera de la empresa: amigos, familia, conocidos	Entre los compañeros de trabajo cuando vean que alguien no está cumpliendo con algunas de las acciones Entre sus familiares, amigos y conocidos, cuando llegue a su casa, se contacte por teléfono o redes, cuando realice sus compras, etc.	Cuando tenga oportunidad, durante su rutina diaria	Todos los Trabajadores

Fuente: Superintendencia de Riesgos de Trabajo de la República Argentina, UOCRA, Resolución MTEYSS 219/2020,

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN COVID19 - EMPRESARIOS (PCOVID19-01) ABRIL 2020

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
1	Proveer de los permisos obligatorios para circular desde su domicilio al trabajo y viceversa	Certificado Único Habilitante para Circulación (CUHC) - Covid-19 y la certificación de su provincia o localidad si así lo requieren las autoridades de control.	Por única vez	Se confecciona en la administración y puede entregarse en la Empresa o en la Obra	Empresario
2	Llevar un registro del trabajador considerado de riesgo y asegurar su protección	Trabajadores mayores a 60 años, con enfermedades como diabetes, antecedentes de neumonía, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, mujeres embarazadas, enfermedades respiratorias, y todo aquél que fuera inmunodeprimido, evitando la concurrencia al lugar de trabajo, fomentando el trabajo a distancia o definiendo un cambio de tareas para resguardo de la salud.	Mientras dure el riesgo de contagio	Se aplica en la empresa y en la Obra	Empresario
3	Capacitar e Informar al trabajador sobre las acciones preventivas COVID-19	Mediante talleres, cartelería informativa, procedimientos de trabajo adaptados a la situación Covid-19	Si es un personal con antigüedad en la empresa, al comenzar sus tareas. En ocasión del ingreso de un nuevo colaborador a la empresa, en el momento de la Inducción a la Seguridad e Higiene en el Trabajo y Accidente in itinere	En la Empresa y en las Obras	Licenciado o Técnico en Higiene y Seguridad El Capataz o encargado

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
4	Planificar y asegurar la distancia de seguridad de 1,5 metros (1,5m) entre trabajadores	Distribuir el trabajo de manera de no generar aglomeraciones y que no se concentren en lugares reducidos	En ocasión de sus tareas diarias	En la Empresa y en las Obras	Capataz o Encargado
5	Medir la Temperatura del colaborador	Mediante termómetros infrarrojos, y si tienen una temperatura superior a los 38 grados no podrán ingresar a la obra o a las oficinas de la empresa, activando el procedimiento sanitario: llamar al 0800-444-3400 y aislar al trabajador de los lugares comunes	Antes de Ingresar a la Empresa todos los días	En el acceso a las obras o las oficinas de la empresa	Personal indicado
6	Planificar el acceso y salida de la obra	En forma escalonada, asegurando la distancia de seguridad de 1,5 metros (1,5m) y evitando aglomeraciones en los ingresos a la obra	En horario del ingreso y el horario de la salida	En la obra	Capataz o Encargado
7	Adecuar las instalaciones para el aseo y la desinfección	Instalar una pileta con grifo y suficiente agua con jabón o detergente para la higiene y desinfección de manos al ingreso a la empresa o a la obra. Disponer de cestos para desechos de elementos de protección personal descartables utilizados y toallas de papel descartables, con bolsas de residuos indicadas al efecto	En la empresa de forma permanente En la Obra, de forma transitoria	En las oficinas permanentes de la empresa y en la obra	Empresario
8	Disponer de agua suficiente	Con la provisión permanente para la hidratación de los trabajadores y en los lavatorios o piletas destinadas a la higiene de las manos	Durante la jornada laboral	En los baños, para las piletas de aseo de manos y en termos o dispenser	Empresario
9	Disponer de suficiente jabón o detergente y toallas de papel descartables	Asegurando la provisión permanente de estos insumos, planificando según la cantidad de obreros y la frecuencia de uso.	Durante la jornada laboral	En los baños, en el lavatorio de manos, en la cocina	Empresario
10	Evitar reuniones y capacitaciones que convoquen a muchos trabajadores	Realizando las mismas en grupos reducidos o utilizando herramientas tecnológicas para la capacitación a distancia	Durante la Jornada Laboral	En un sector abierto y ventilado	Empresario
11	Fomentar el trabajo a distancia en las tareas y con trabajadores que así lo permitan	En aquellas tareas administrativas o pasibles de trabajo a distancia	Mientras dure la cuarentena	En casa del colaborador	Empresario

N°	QUE	COMO	CUANDO	DONDE	QUIEN
12	Disponer de elementos necesarios para prevenir el contagio del COVID-19	Barbijos y Anteojos de Seguridad.	Según riesgos de tareas a realizar, según convenio, durante la pandemia En el transporte del empleado desde la casa hacia el trabajo y regreso luego de la jornada laboral a su casa (in itinere)	En obra u oficinas de la Empresa	Empresario
13	El personal encargado del control de ingreso a la empresa debe extremar las medidas y cuidados.	Utilizando todos los elementos de protección y prevención: barbijo, anteojos de seguridad, guantes y traje tipo tikev de ser necesario.	En el horario de ingreso a la jornada laboral	En un sector del ingreso a la empresa, definido para tal fin	Empresario
14	Planificar el acceso a la Obra	En distancias de al menos un metro y medio entre sí	En el horario de ingreso a la jornada laboral	En un sector del ingreso a la empresa, definido para tal fin	Empresario Encargado o Capataz
15	Planificar cómo guardar las herramientas en el pañol	Evitando aglomeraciones y manteniendo las distancias de 1 metro y medio entre sí, asegurando un procedimiento seguro, donde las mismas estén limpias y desinfectadas	Al Finalizar la Jornada Laboral	En el Pañol	Empresario Encargado o Capataz
16	Disponer de los medios y la información adecuada para la rápida y correcta atención y primeros auxilios en ocasión del COVID 19	Designando un responsable, con los números de teléfonos disponibles para el llamado al personal sanitario	Durante la jornada laboral	En la Empresa y en la Obra	Empresario Encargado o Capataz
17	Realizar un seguimiento permanente para asegurar el cumplimiento de las medidas de prevención	Verificando el uso de los elementos de protección, el cumplimiento de las acciones informadas de práctica obligatoria	Durante la jornada laboral y el in itinere	En la Empresa	Empresario Encargado o Capataz

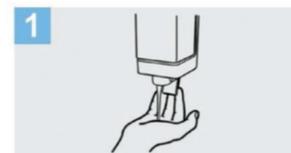
Fuente: Superintendencia de Riesgos de Trabajo de la República Argentina, UOCRA, Resolución MTEYSS 219/2020,

Anexo: Procedimientos Gráficos

Apartado 10 (Trabajador): Lavarse las Manos



0 Mójese las manos con agua;



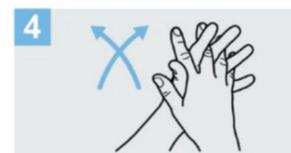
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



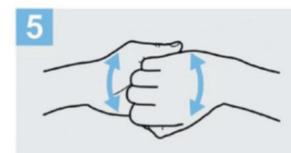
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



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;



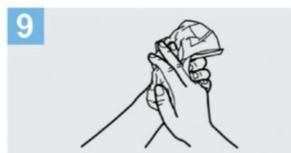
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



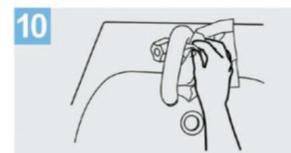
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



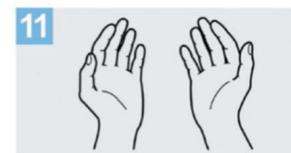
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



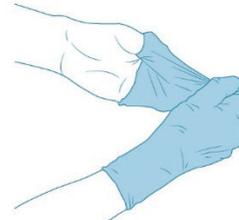
11 Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

Apartado 14 (Trabajador): Cómo Quitarse los Guantes



1 Pellizca el guante en la muñeca. Evita tocar la piel.



2 Retira el guante totalmente.



3 Recoge el guante con la otra mano **manteniéndolo sujeto y arrugado**.



4 Deslizamos dos dedos dentro del segundo guante. **No tocar la parte exterior del guante.**



5 Retiramos el segundo guante.



6 Una vez nos quitamos los guantes, **los desecharmos en una papelera** con bolsa de plástico y la cerramos. **Lavamos las manos.**

FUENTE: INRS
A. MATILLA | EL MUNDO GRÁFICOS

Credito: OMS