



Lineamientos generales para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por Coronavirus (COVID-19)

Costa Rica

Versión 3
3 de marzo 2020



Contenido

<i>Presentación</i>	<i>3</i>
<i>Alcance.....</i>	<i>4</i>
<i>Características generales.....</i>	<i>4</i>
<i>Recomendaciones Generales a la población.....</i>	<i>5</i>
<i>Responsabilidades de la máxima autoridad de la empresa</i>	<i>6</i>
<i>Acciones generales para ejecutar por los responsables de los Centros de trabajo</i>	<i>7</i>
1. Medidas de organizaciones para la implementación de las acciones:	7
2. Medidas de divulgación:	7
3. Medidas de control:.....	8
4. Mantenimiento y limpieza de las instalaciones y vehículos:	9
5. Conductas y comportamientos del personal, de los proveedores y de los clientes y usuarios (as) de los centros de trabajo:.....	9
Higiene de manos.....	11

Presentación

Los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus, algunos de ellos causan enfermedad que se manifiesta desde un resfriado común hasta enfermedades mucho más severas como el MERS-CoV y SARS-CoV. El coronavirus nuevo (2019-nCoV) es un virus que no había sido identificado previamente en humanos y está causando una enfermedad nueva a nivel mundial (COVID-19), por lo que aún se desconoce cómo se va a comportar.

En este contexto, las autoridades del Ministerio de Salud consciente de la enorme responsabilidad que tenemos como rectores y, en conjunto con otras instituciones como Caja Costarricense de Seguro Social, Inciensa, Ministerio de Trabajo, entre otras y con los organismos internacionales como OPS/OMS y de socios estratégicos de todos los sectores, estamos realizando el mayor esfuerzo, poniendo a la disposición los Lineamientos según escenarios. En este caso el Lineamiento Oficial para Centros de trabajo, con esto solicitamos la colaboración, para que lidere las acciones que deben realizarse en la organización bajo su responsabilidad, informe y apoye a su personal y, mediante el trabajo coordinado y efectivo con todos ellos, se llegue a toda la población.

Si juntos logramos que la población practique comportamientos saludables, acuda oportunamente a los servicios de salud y asuma una actitud responsable frente a los demás, las consecuencias de esta amenaza se verán altamente limitadas. Solo así contribuiremos limitar, en nuestro país, la circulación masiva del virus que está provocando esta alerta sanitaria internacional y disminuir la cantidad y severidad de los casos que se presenten en nuestro territorio.



Alcance

La aplicación de estos lineamientos es obligatoria en todos los centros de trabajo que operan en el territorio nacional, para colaborar en la contención y atención de personas que presenten COVID-19.

Debido a la situación epidemiológica dinámica de la enfermedad respiratoria y sus agentes causantes, estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página web del Ministerio de Salud:

(<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>).

Características generales

Los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV).

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotitas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).



Recomendaciones Generales a la población

Actualmente no existe una vacuna para prevenir la enfermedad por Coronavirus (COVID-19). La mejor manera de prevenir enfermedades es evitar exponerse a este virus. Sin embargo, como recordatorio, se recomiendan acciones diarias para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, que incluyen:

- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quédese en casa cuando esté enfermo.
- Cúbrase cuando tose o estornude con un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura o utilice el protocolo de estornudo en caso de que no cuente con pañuelos desechables.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia con un spray desinfectante, con alcohol o paño de limpieza doméstico.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
 - Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos 70°.
 - Siempre lávese las manos con agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.
- Infórmese de fuentes oficiales y no difunda información falsa o de fuentes no confiables.



Responsabilidades de la máxima autoridad de la empresa

- Garantizar que se divulgue la información a todo el personal de la empresa y a los turistas que utilicen sus servicios.
- Implementar y controlar las acciones de prevención y contención del Coronavirus (COVID-19) en la empresa.
- Reportar oportunamente la información requerida por las autoridades de salud con base en las directrices oficiales emitidas por el Ministerio de Salud.

A continuación, se determinan las acciones mínimas que los propietarios y administradores de Servicios turísticos deben cumplir para contribuir con la prevención, detección y control de esta enfermedad.



Acciones generales para ejecutar por los responsables de los Centros de trabajo

1. Medidas de organizaciones para la implementación de las acciones:

- Identificar un coordinador y/o grupo de trabajo que defina roles y responsabilidades de cada persona durante el proceso de preparación y respuesta para la atención de esta alerta internacional.
- Identificar y caracterizar grupos de interés^a sobre todo aquellos con necesidades especiales, incorporar los requerimientos de estas personas en la empresa e implementar acciones de respuesta.
- Garantizar las prácticas saludables difundidas por el Ministerio de Salud en la empresa bajo su responsabilidad.
- Garantizar mantener insumos para la limpieza general e higiene personal como jabón, toallas de papel, desinfectantes, entre otros.
- Facilitar al personal de la empresa el acceso a los servicios de salud si presentan síntomas sospechosos de Coronavirus (COVID-19).

2. Medidas de divulgación:

- Elaborar un plan efectivo de comunicación.
- Preparar o difundir mensajes, sustentados en la información oficial que divulgue el Ministerio de Salud, adaptados al perfil de cada grupo de interés, para comunicar el avance de este nuevo virus^b.
- Anticipar el miedo y la ansiedad que se pueda generar en los diferentes grupos de interés de la empresa como respuesta ante los rumores.

^a Grupos de interés que el Ministerio de Salud considera clave: Personal del centro de trabajo, Proveedores de la empresa y Clientes o usuarios (as) del servicio.

^b <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms>



- Informarse diariamente sobre el estado de la situación de este nuevo virus en Costa Rica, consultando la información oficial disponible en la página web de Ministerio de Salud^c.
- Reunir periódicamente al personal de la empresa, para darle seguimiento al cumplimiento del plan, valorar el desempeño del grupo de trabajo integrado para este fin e informar a todos (as) sobre el estado de la situación de este nuevo virus.
- Colocar en lugares visibles de la empresa los afiches “Cómo lavarse las manos con agua y jabón” y “Forma correcta de toser y estornudar”^d.
- Realizar acciones informativas y educativas con el personal de la empresa, los proveedores y los turistas, tendientes a la incorporación de prácticas saludables.

3. Medidas de control:

- Verificar que el personal de la empresa cumpla con las responsabilidades asignadas.
- Identificar e indicarles a los miembros del personal y a los proveedores de la empresa que presenten síntomas de “gripe” o “resfrío” que deben asistir a un servicio de salud y evitar el estar en contacto con personas como compañeros y clientes.
- Si las personas que están “resfriadas” refieren que han estado en contacto con personas que fueron diagnosticadas como casos sospechosos, probables o confirmados de Coronavirus (COVID-19) o que 14 días antes visitaron áreas de riesgo de transmisión de este virus, según la lista oficial de países con casos autóctonos de enfermedad COVID-19^e, la cual se encuentra disponible en la página web del Ministerio de Salud, se debe indicarle que acudan al centro médico público o privado más cercano para hacerse la valoración médica respectiva o llamar al 911.
- Personas enfermas no deben permanecer en los centros de trabajo.

^c <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532- lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

^d <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/4575-protocolo-de-estornudo/file>
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/4171-protocolo-de-lavado-de-manos-1/file>

^e https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lista_oficial_paises_casos_autoctonos_covid19.pdf

- Reportar al Área Rectora de Salud más cercana^f, durante el tiempo que se mantenga esta alerta sanitaria, la siguiente información:
 - Trabajadores, que tengan síntomas respiratorios (sensación febril, tos, dificultad respiratoria, entre otros) y que además hayan visitado áreas de riesgo.
 - Ausentismo del personal por “gripe” o “resfrío”

4. Mantenimiento y limpieza de las instalaciones y vehículos:

- Disponer en todos los baños de: papel higiénico, jabón para manos y papel toalla desechable o secadora eléctrica de manos.
- La limpieza y desinfección deberá realizarse, con jabón regular o detergente y un desinfectante regular al menos dos veces al día, todas las perillas de las puertas, manillas de los laboratorios, inodoros e instrumentos y equipos de trabajo de la empresa (teléfonos, teclados, mouse, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente).
- Mantener los lugares de trabajo ventilados, sin crear corrientes bruscas de aire.
- Asegúrese de que los productos de limpieza estén disponibles en las instalaciones, incluyendo limpiador doméstico y desinfectante.

5. Conductas y comportamientos del personal, de los proveedores y de los clientes y usuarios (as) de los centros de trabajo:

- Garantizar que no se desarrollen actitudes xenofóbicas o discriminatorios sobre personas que presentan o han presentado síntomas de “gripe” o “resfrío” o que hayan sido diagnosticados como casos de Coronavirus (COVID-19).
- Recomendar que se mantenga una buena alimentación para mejorar las defensas del organismo.
- No fumar.
- No visitar personas enfermas o con síntomas de gripe o resfrío.

^f http://geovision.uned.ac.cr/oges/visores/catalogo/establecimientos_y_servicios/ministerio_de_salud.html

- Externar las medidas de lavado de manos:
 - Antes y después de comer, de atender un enfermo y de cambiar pañales.
 - Después de tocar objetos como: teléfonos, celulares, carros de supermercado, viajar en autobús, uso de computadoras, tocar dinero o llaves, entre otras.
 - Después de tirar la basura o tocar animales, entre otros.
 - Después de volver de la calle.
 - Después de toser o estornudar.
 - Recordar que el tiempo adecuado para un lavado de manos eficaz, siguiendo el protocolo adecuado, es de 40-60 segundos, el mismo que se tarda cantando la canción “Cumpleaños Feliz”.
- Utilizar toallas de papel o papel higiénico al estornudar o toser.
- Si no se tiene toallas desechables utilizar el antebrazo al toser.
- Limpiar frecuentemente las superficies que puedan contaminarse con secreciones respiratorias.
- No escupir en el suelo.
- Las personas con síntomas deben seguir todas las indicaciones que el personal de salud o la autoridad sanitaria le indiquen.

Higiene de manos

El siguiente es un ejemplo del tipo de afiches que deben colocarse en los centros de trabajo, para la educación de los trabajadores, en lugares visibles y estratégicos como los baños, comedores, etc.

¿Cómo lavarse las manos?

DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Este material está disponible en la página web del Ministerio de Salud en el siguiente link:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms>

Técnicas de higiene respiratoria

Las técnicas de higiene respiratoria deben ser practicadas por los colaboradores de las empresas y deben estar disponibles en lugares visibles para la educación tanto del personal de trabajo como de los usuarios, los mensajes deben ser:

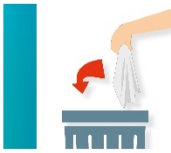
- Cubrir la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Utilizar un cesto de basura con tapa con apertura de pedal, para desechar los pañuelos utilizados, así como las mascarillas.
- Si no tiene pañuelo de papel, tosa y estornude con el codo doblado.

 **Forma correcta de toser y estornudar**



 CUBRA SU BOCA Y NARIZ CON LA PARTE SUPERIOR DEL BRAZO, HACIENDO UN SELLO PARA EVITAR SALIDA DE GOTITAS DE SALIVA

 O CÚBRASE CON UN PAÑUELO DESECHABLE

 DEPOSITE EL PAÑUELO EN EL BASURERO, NO LO LANCE AL MEDIO AMBIENTE

 NUNCA SE TOQUE LA CARA SI NO SE HA LAVADO LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

¡PREVENGA EL CORONAVIRUS (COVID-19) EXTREMANDO LAS MEDIDAS DE HIGIENE!

1 Recuerda que la duración del lavado de manos es de 30 segundos o lo que duras en cantar cumpleaños dos veces 

 Utilice papel desechable al estornudar o toser. **2**

3 Si no se tiene papel desechable, utilice el antebrazo al toser y estornudar. 

 Limpie frecuentemente las superficies que puedan contaminarse con secreciones respiratorias. **4**

eb de
.php/
lo-de

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/4668-no-se-toque-la-cara/file>

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/coronavirus/materiales-para-sector-turistico/4654-prevenga-el-coronavirus-covid-19-extremando-las-medidas-de-higiene-2/file>

