

Ante la emergencia generada por la COVID-19, la OPS/OMS y UNOPS, así como el Ministerio de Salud (MINSA) recomiendan implementar las siguientes medidas de prevención en sitios de obras:



Lineamientos Generales

- 1 El contratista designará un punto focal para implementar y monitorear las medidas de prevención.**
- 2 Restringir la entrada a toda visita durante la epidemia, hasta nueva instrucción.**
- 3 Si alguna persona o trabajador se siente mal, debe quedarse en casa.**
- 4 Realizar charlas al menos al inicio del día para tratar temas del COVID-19 para:**
 - Concientizar acerca de cómo prevenir la exposición y el contagio por el virus (formas de presentación, cómo evitar su propagación, síntomas y signos, etc.)**
 - Destacar la importancia del lavado de las manos en forma correctay con mucha frecuencia.**
 - Fomentar la higiene respiratoria que permite evitar salpicaduras al estornudar, toser y limpiarse la nariz, con lo que se controla la fuente primaria del contagio.**
- 5 Tomar la temperatura de todo el personal y asegurar que se laven las manos antes de permitir el ingreso a la obra y las oficinas de proyecto.**
- 6 Al llegar y permanecer en el sitio de obra corresponderá observar las siguientes directivas preventivas:**
 - Evitar los apretones de manos, abrazos y demás formas de contacto cercano en la obra.**
 - Mantener una distancia mínima de 1 metro en todo momento (entrada al proyecto, reuniones, almuerzo, etc.)**

- Evitar tocarse la cara (ojos, nariz, boca) sin lavarse las manos.**
- Lavarse las manos antes de comer y no compartir alimentos o bebidas con compañeros.**
- No compartir ni intercambiar sus elementos de protección personal (EPP).**

7 Asegurarse de contar con los siguientes insumos en suficiente cantidad:

- Jabón antibacterial (líquido, barra o en polvo), toallas desinfectantes desechables, gel alcoholado y/o alcohol líquido.**
- Estaciones para el lavado de manos en puntos varios de la obra.**
- Recipientes cerrados o bolsas para el desecho de toallas y pañuelos, identificados y ubicados en varios puntos de la obra.**
- Mascarillas¹, guantes desechables y lentes o pantallas protectoras.**
- Termómetros a distancia o de cinta.**

8 El uso de mascarillas es obligatorio en las obras², y hacer énfasis de la importancia del uso apropiado y resaltar las siguientes condiciones:

- Si el personal presenta condiciones de salud crónicas (asma, diabetes, cáncer, hipertensión, etc.).**
- Si el personal presenta síntomas (tos, goteo nasal, etc.).**
- Si el personal es mayor de 60 años de edad.**
- Si la distancia mínima entre el personal no se puede cumplir (menos de 1 metro).**

¹ El uso obligatorio de mascarillas es para evitar el contacto con gotitas o secreciones que la persona contagiada expulsa al hablar, toser o estornudar, y que son susceptibles de transmitir el virus.

² Estas recomendaciones deberán atenderse en complemento de cualquier normativa, regulación o directiva impartida por el Ministerio de Salud (MINSA).

- 9** El uso de guantes desechables será mandatorio en función de la naturaleza de las tareas a realizar, bajo responsabilidad del punto focal designado por el contratista. Por ejemplo: los trabajadores responsables de manipular alimentos y bebidas, en tareas de limpieza en general, conductores de vehículos, vigilantes en control de accesos, etc.
- 10** Seguir las instrucciones de las autoridades (MINSA, MITRADEL, etc.).



Medidas de prevención

El Contratista a través de su punto focal en materia de seguridad ocupacional deberá atender las siguientes medidas específicas de prevención:

1 Limpiar de las siguientes zonas por lo menos dos veces al día:

- Superficies y objetos de trabajo, tales como: mesas, escritorios, teléfonos, teclados, vasos, etc. con limpiadores, desinfectantes, alcohol y/o toallas desechables.
- El comedor y demás áreas de ingesta de alimentos o cafetería (mesas, sillas, etc.).
- Vehículos: superficies de contacto previo a su uso (puerta, timón, tablero, freno de mano, etc.).

2 Incentivar el lavado frecuente de manos de todo el personal en el proyecto (trabajadores/as, supervisores/as, visitantes):

- Todo el personal debe lavarse las manos al entrar y al salir de la obra, y antes y después de ingerir alimentos.
- Verificar que las estaciones de lavado de manos tengan suficiente agua y jabón (mínimo dos veces al día).
- Ubicar afiches sobre el lavado correcto de manos en diferentes sitios del proyecto (frentes de trabajo, oficinas temporales y oficina del proyecto).

3 Promover una buena higiene respiratoria:

- Ubicar afiches que promuevan una buena higiene respiratoria en diferentes sitios del proyecto, principalmente en los frentes de trabajo, oficinas temporales y oficina del proyecto.
- Asegurarse que haya pañuelos desechables (tipo kleenex) disponibles para las personas que padecen de alergias (rinitis) o tos alérgica o de fumador, promoviendo el uso de pañuelos desechables de papel para taparse la boca, estornudar o limpiarse la nariz.

- Desechar los pañuelos de papel en recipientes separados y cerrados, debidamente rotulados y colocados en diferentes puntos del proyecto, manteniéndolos en recipientes o bolsas bien cerradas hasta su disposición final.

4 Se recomienda elaborar un registro de los trabajadores/as que padeczan enfermedades crónicas tales como diabetes, hipertensión, problemas coronarios, asma, alergias, cáncer, etc. El registro se debe entregar al Gerente de Proyecto y/o al Comité COVID. El registro debe comprender como mínimo la siguiente información:

- Personas en situación de riesgo de salud (solamente sí o no para resguardar confidencialidad);
- Exposición a riesgos (ejemplo viajes, personas contagiadas en la familia).
- Síntomas compatibles con incubación o desarrollo del virus.

5 Organización del trabajo:

- Analizar los frentes de trabajo y distribuir al personal acorde a la distancia mínima.
- En casos en los que sea necesario trabajar a distancia, menor a un metro o en ambientes confinados, se deberán usar protectores faciales.
- Establecer grupos de trabajo para minimizar el movimiento de personas en el área del proyecto para facilitar la trazabilidad y control, en caso de que se identifique algún posible contagio.

6 Áreas para ingesta de alimentos (comedores):

- Contar con suficientes sitios de comedor en el proyecto.
- Definir horarios específicos por cuadrillas o grupos para los tiempos de comidas, para evitar las aglomeraciones.
- Asegurarse que las personas se sienten con un espacio de por medio entre ellas durante los tiempos de comida (se pueden marcar los espacios para sentarse).

7 Vestidores en el sitio de proyectos:

- **Habilitar un espacio definido para vestidores para hombres y mujeres en los sitios de los proyectos (dependiendo del número de colaboradores y genero).**
- **De ser necesario, los trabajadores deberán cambiarse de vestimenta al ingresar y al salir del proyecto.**

> Proceso de tamizaje al ingresar a la obra (por cuadrillas)

Al llegar a la obra o previo al ingresar al medio de transporte establecido para su recojo, una persona asignada por el Contratista hará las siguientes preguntas al personal:

1. ¿Ha tenido fiebre, congestión, ahogo o tos en las 2 últimas semanas?
2. ¿En su casa hay alguien que tenga estos síntomas o esté enfermo con COVID-19 (Coronavirus)?
3. ¿En su barrio o comunidad hay personas con síntomas o diagnóstico de COVID-19 (Coronavirus)?
4. ¿Ha estado en el extranjero o en contacto con personas procedentes de países, regiones o ciudades con COVID-19 (Coronavirus)?

>> Medidas preventivas relacionadas con el uso del transporte

Transporte provisto por el Contratista

Al inicio, el Contratista coordinara el transporte de todos sus trabajadores del proyecto hasta tanto se pueda asegurar un medio de transporte (público o privado) seguro y controlado que esté libre de contagios. El Contratista deberá asegurarse que el medio de transporte provisto por la empresa (auto, bus u otro) aplique las siguientes medidas:

- Limpieza diaria y desinfección de las unidades de transporte (superficies en contacto luego de cada viaje).
- El/la conductor/a debe usar guantes y/o lavarse (desinfectarse) las manos durante la jornada laboral, y antes y después del uso de guantes.
- Mantener dispensadores de alcohol o gel alcoholado en el vehículo, y aplicarle en las manos antes de entrar y al salir del vehículo.
- Colocar afiches educativos en el vehículo.
- Colocar recipientes para el desecho de pañuelos desechables, guantes o mascarillas. Estos desechos deberán ser manejados por parte de los encargados de la unidad de transporte como desechos peligrosos.
- Procurar una distancia entre pasajeros mayor a 1 metro, de no poder cumplir con la distancia, los pasajeros deberán portar lentes protectores o pantallas durante el trayecto, además de su mascarilla.
- No permitir el acceso a trabajadores con síntomas evidentes de enfermedad respiratoria.
- En la medida de lo posible, mantener las ventanas abiertas para que haya suficiente ventilación, permitiendo la entrada de luz solar al interior del vehículo.
- Transportar exclusivamente pasajeros de su cuadrilla de trabajo sentados y manteniendo el distanciamiento.

Transporte Público

Las personas que deban trasladarse desde sus casas hacia los sitios de los proyectos y viceversa utilizando transporte público, deberán tomar las siguientes medidas preventivas:

- Usar pañuelos desechables luego de tocar superficies (puertas, manubrios, etc.). Luego de su uso, colocarlo en basureros disponibles o en una bolsa plástica que se puede llevar, cerrarla bien y colocarla en un sitio adecuado.**
- Llevar consigo alcohol o gel y aplicarlo en las manos cada vez que toque alguna superficie, realice el pago o realice cualquier otra acción.**
- Evitar tocarse la cara antes, durante y después de utilizar el transporte.**
- Si la unidad de transporte no tiene suficiente espacio disponible, tomar el siguiente vehículo disponible, debiendo ser considerada causa justificada de demora.**
- Lavarse bien las manos con suficiente jabón y agua al llegar al destino final.**
- Utilizar lentes de protección o protector facial junto con la mascarilla.**

>> **Medidas al entrar a la casa luego de la jornada laboral**

Al regresar del sitio de trabajo a casa, se deberá concientizar al personal para que realice las siguientes medidas:

- Lavarse las manos en cuanto llegue a casa.**
- No tocar ninguna superficie al ingresar a la casa.**
- Cambiar los zapatos y la ropa exterior que haya utilizado, colocándola en una bolsa para lavarla. Se deberá lavar la ropa que se haya utilizado en el sitio de trabajo y de la misma manera, se debe proceder si ha permanecido fuera de la casa.**
- Colocar los bolsos, llaves u otros elementos que haya portado en una caja o recipiente en la entrada de la casa para limpiarlos o desinfectarlos según corresponda.**
- Use guantes para desinfectar el teléfono celular, anteojos (lentes), reloj y demás efectos personales con toallas limpiadoras, desinfectantes, alcohol o agua y jabón según corresponda.**
- Tome una ducha o lave las partes del cuerpo que hayan estado expuestas durante la permanencia fuera de la casa.**
- Recordar al trabajador sobre la importancia de practicar las medidas generales de higiene personal y distanciamiento social para evitar llevar cualquier contaminación a su casa.**

>> Procedimiento ante un caso de contagio

1 Cualquier trabajador/a que presente un resfriado, aunque sea leve o fiebre por encima de 37,3 °C durante la jornada laboral, debe:

- Avisar al encargado o supervisor inmediato que no está en condiciones de continuar laborando y aislarlo inmediatamente al espacio abierto designado de espera.

- Informar al encargado o supervisor inmediato (Contratista), si alguna persona de su núcleo familiar o donde vive, también presenta esos síntomas e informar si ha tomado recientemente medicamentos como paracetamol /acetaminofén, ibuprofeno o aspirina que puedan enmascarar los síntomas.

El encargado o supervisor deberá notificar inmediatamente del incidente al Gerente del Proyecto y al Comité COVID para que activen la Brigada Especial de Emergencia y Limpieza, la cual, coordinara junto con el Contratista: el transporte del afectado al laboratorio o centro de salud más cercano, la limpieza del área de trabajo impactada y activaran el proceso de trazabilidad de las personas en contacto directo que estuvieron a menos de 1 metro de distancia dentro de la obra, como precaución, indistintamente que no resulte COVID+.

- Luego el trabajador/a deberá permanecer en casa por lo menos 14 días luego de reportada la incapacidad. Una vez en casa, la persona con síntomas deberá seguir los protocolos establecidos por las autoridades de salud (MINSA) y mantener un registro de la temperatura mínimo dos veces al día.

2 El Contratista, en caso de identificar a alguna persona con síntomas, o que haya sido enviada a su casa por haber reportado los síntomas, o porque avise que tiene algún familiar cercano con quien viva con síntomas o resultados de COVID+, deberá seguir los protocolos del MINSA y realizar un reporte de incidente por enfermedad al encargado de Seguridad y Salud Ocupacional, al Gerente del Proyecto y a su vez al Comité COVID establecido.



Manejo del estrés

Cuando se detecte una sensación de angustia, tristeza, confusión o ansiedad ante la magnitud de la pandemia que ha causado el Coronavirus, recomiende y comparta con el personal algunos de los siguientes consejos que pueden resultar de utilidad:

- 1 Mantenerse bien informado de la situación de riesgo de la obra y reconozca su nivel de seguridad en la misma. Si tiene alguna duda, consulte con su encargado o supervisor.**
- 2 Mantener un estilo de vida saludable dentro y fuera del trabajo tanto como sea posible, incluyendo:**
 - Mantener una dieta adecuada, dormir y reposar tiempo suficiente.**
 - Realizardiariamente algún tipo de ejercicio o actividades de recreación con su familia.**
 - Evitar el consumo de tabaco, alcohol o tranquilizantes.**
 - Evitar escuchar o leer noticias que generan más angustia.**
- 3 Recurrir a las personas que le ayudaron en situaciones similares y que conoce que siempre estarán a su disposición.**
- 4 En caso de experimentar agobio y necesidad de ayuda:**
 - Buscar sin demora un familiar o amigo de confianza que escuche sus preocupaciones.**
 - Comunicarse con un profesional de salud o con el servicio de apoyo.**

Nota final

Estas recomendaciones deberán atenderse en complemento de cualquier normativa, regulación o directiva impartida por las autoridades de salud, teniendo presente la cobertura de protección social en materia de salud y riesgos laborales vigentes.

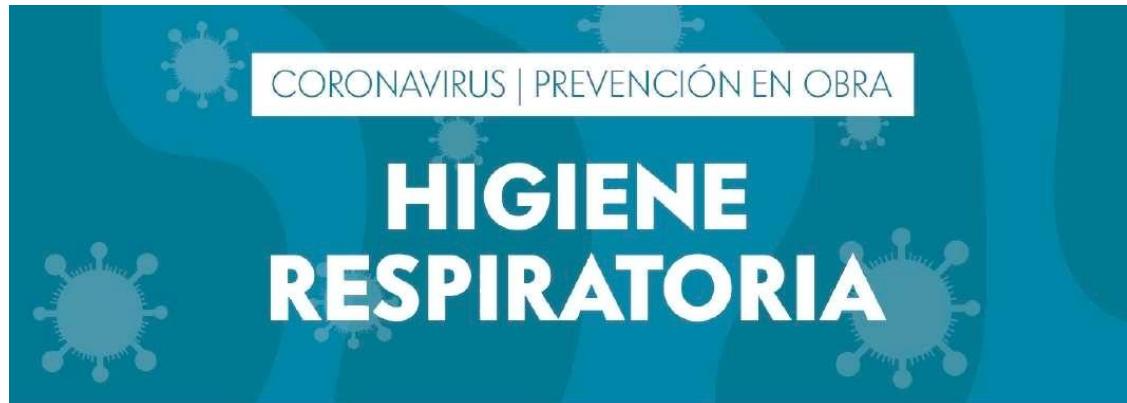


Materiales sugeridos para comunicación visual en obra

Descargue los materiales aquí:







CUBRETE LA BOCA CON EL ANTEBRAZO CUANDO
TÓSASO ESTORNUDES, O CON UN PANUELO
DESECHABLE, LUEGO TIRALO A
LA BASURA Y LIMPIATE LAS MANOS.

OPS & UNOPS





CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

¿CÓMO PUEDO PROTEGER A MI FAMILIA?



LIMPIAR LAS SIGUIENTES ZONAS Y OBJETOS POR LO MENOS DOS VECES AL DIA



PUEDES USAR DESINFECTANTES,
ALCOHOL Y/O TOALLAS
DESECHABLES PARA HACERLO



Recomendaciones

CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

Las obras de construcción deben ser tratadas como oficinas, se recomienda tomar las siguientes medidas en sitios de construcción



Verifique su temperatura y asegúrese de lavarse las manos antes del ingreso de todo el personal y antes de comer



Los apretones de manos, los abrazos y otras interacciones cercanas deben prohibirse en el sitio de obra



Se debe evitar que cualquier miembro del personal que muestre síntomas de gripe ingrese al sitio de obra



Las áreas designadas para la hora de comida deben desinfectarse diariamente



No es necesario el uso de mascarilla para el trabajo en el sitio de la obra, a menos que no se cumpla el distanciamiento mínimo o el estado de salud de la persona así lo requiera



En el caso de que se detecte un trabajador con COVID-19, el sitio de obra se cerrará y los trabajadores en contacto con el individuo deberán aislar durante 14 días hasta que se otorgue la autorización médica



La higiene personal debe mantenerse en todo momento en los sitios de la obra. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. En caso de tos, fiebre o dificultad para respirar, busque atención médica de inmediato