

---

**PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD DURANTE LA**  
**EMERGENCIA COVID-19 2020**

**OFICINAS ADMINISTRATIVAS Y DE PRODUCCION**  
**YAPACANI**



MAYO 2020

**Yapacani - Bolivia**

***El éxito o fracaso de este protocolo radica en el esfuerzo, compromiso y renuncia a costumbres que eran aceptables en el pasado.***

***Recordemos que en nuestras manos está la vida de nuestros compañeros de trabajo y de nuestras familias. Actuemos todos bajo la premisa que una familia nos espera.***

***No dejemos que la negligencia en cumplimiento a los protocolos provoque un riesgo en nuestra salud y la de los demás.***

***El primer error, podría ser el último.***

## INDICE

<b>1. INTRODUCCION.....</b>	<b>4</b>
<b>2. OBJETIVOS .....</b>	<b>4</b>
<b>3. ALCANCE.....</b>	<b>4</b>
<b>4. RESPONSABILIDADES.....</b>	<b>4</b>
<b>5. MEDIDAS DE PREVENCION.....</b>	<b>6</b>
<b>5.1. MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD GENERALES .....</b>	<b>7</b>
<b>5.1.1. LAVADO DE MANOS.....</b>	<b>7</b>
<b>5.1.2. DISTANCIAMIENTO SOCIAL.....</b>	<b>8</b>
<b>5.1.3. USO DE BARBIJO .....</b>	<b>8</b>
<b>5.2. DOTACION DE EQUIPO DE PROTECCION PERSONAL DE BIOSEGURIDAD .....</b>	<b>9</b>
<b>5.3. LIMPIEZA Y DESINFECCION DE LAS OFICINAS DE SERMISUD.....</b>	<b>9</b>
<b>5.4. LINEAMIENTOS DE BIOSEGURIDAD QUE LOS TRABAJADORES DE SERMISUD DEBEN CUMPLIR .....</b>	<b>10</b>
<b>5.5. MEDIDAS DE PRECAUCION ADICIONALES.....</b>	<b>12</b>
<b>6. MEDIDAS ANTE LA SOSPECHA DE COVID-19 EN SERMISUD .....</b>	<b>13</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>15</b>

## **1. INTRODUCCION**

El presente protocolo tiene como objetivo central intentar contribuir a mantener la salud y la seguridad de los trabajadores de SERMISUD S.A. YAPACANI durante el alcance de la crisis COVID-19.

Es importante indicar que se debe tomar en cuenta este protocolo como recomendaciones para sumar al objetivo general que enfrentamos los seres humanos de frenar la pandemia y contagio de COVID-19, así como también debemos ser conscientes que las medidas que se vayan a tomar para precautelar la buena salud y la vida de todos los trabajadores y nuestras familias, dependen de un cambio radical en los hábitos de limpieza, alimenticios, usos y costumbres, etc.

## **2. OBJETIVOS**

Los objetivos del presente protocolo son:

1. Priorizar la salud y seguridad de los trabajadores de SERMISUD S.A. REGIONAL YAPACANI
2. Aplicar las recomendaciones y prácticas de las Autoridades de Salud Nacionales e Internacionales.
3. Mitigar la propagación y contagio del COVID-19.

## **3. ALCANCE**

El presente Protocolo de Bioseguridad incluye las medidas a tomar durante la emergencia por la pandemia del COVID-19 en las oficinas de SERMISUD S.A. REGIONAL YAPACANI, con el propósito de velar por la salud de trabajadores, mediante la implementación de un conjunto de medidas de prevención y control del virus.

## **4. RESPONSABILIDADES**

### **a) SEGURIDAD OCUPACIONAL**

Difundir este protocolo y capacitar en los temas relacionados con el COVID-19, utilizando la para ello instrumentos como correo electrónico, WhatsApp, carteleras y/o material impreso.

Realizar los requerimientos, generará los ordenes de compras y servicios y colaborará al área de adquisiciones respecto a las especificaciones técnicas para la compra de equipos, insumos y EPP de Bioseguridad.

Activará el protocolo de bioseguridad en caso de detectarse un caso sospechoso de COVID-19 en la empresa.

Realizar un Simulacro al inicio de las actividades para poner en claro los lineamientos del presente Manual.

Identificar los lugares donde se colocarán los materiales de difusión y señalización.

Realizar el Control y Medición del cumplimiento diario del presente Protocolo.

## **b) RECURSOS HUMANOS**

Identificará el personal vulnerable: Mayores de 60 años, embarazadas y padres de menores de 5 años, así como a todas aquellas personas con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19 (Diabetes, Enfermedad cardiovascular -Hipertensión Arterial- HTA, Accidente Cerebrovascular - ACV, VIH, Chagas, Cáncer, aquellos que usan corticoides o inmunosupresores, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica -EPOC, desnutrición, obesidad, fumadores) o personal que conviva con personal de salud. Elaborará una base de datos de personal vulnerable para que sea utilizada en caso deba activarse el protocolo de caso sospechoso o positivo, independientemente si ha sido un contacto cercano. (Anexo 7)

Deberá estar alerta para la detección temprana de casos sospechosos de COVID-19 en el ingreso a las oficinas, para que en caso se detecte un caso sospechoso, se ponga en práctica el Protocolo para Personas que son Contacto de un caso sospechoso o confirmado de COVID-19. (Anexo 7)

Gestionar la bioseguridad en las oficinas de SERMISUD REGIONAL YAPACANI con el objetivo de proteger la salud de los trabajadores, con el fin de preservar la continuidad de las actividades.

## **c) AREA DE ADQUISICIONES**

Realizar la compra de los EPP de Bioseguridad para todo el personal de SERMISUD REGIONAL YAPACANI para su dotación mientras dure la Emergencia Sanitaria.

Realizar la compra de Insumos y equipos de Bioseguridad (dispensadores y cámaras de desinfección, desinfectante, alcohol en gel, entre otros), que permitan contener y prevenir el contagio del COVID-19.

Coordinar con el encargado de Seguridad Ocupacional respecto a las especificaciones técnicas de los Equipos y EPP de Bioseguridad.

#### **d) ENCARGADOS DE AREA**

Implementar las medidas de Bioseguridad en sus áreas de acuerdo a las condiciones particulares de las instalaciones que ocupan, en base a los Lineamientos del presente Protocolo y velar por el cumplimiento por parte del personal a su cargo.

#### **e) PERSONAL DE SERMISUD REGIONAL YAPACANI EN GENERAL**

Dadas las condiciones totalmente nuevas y especiales de esta pandemia, cada trabajador tiene la responsabilidad de dar fiel cumplimiento a los lineamientos de este protocolo, hacer buen uso del EPP e insumos de desinfección que se le entregará, así como también mantener una rigurosa limpieza de su persona y su área de trabajo.

### **5. MEDIDAS DE PREVENCION**

De acuerdo a los Lineamientos de Manejo COVID-19 del Ministerio de Salud de Bolivia, los empleadores y empresarios, en instituciones públicas y privadas, deben adoptar medidas de seguridad para evitar y prevenir casos de transmisión de COVID-19 en las oficinas/ambientes y con el personal de dependencia y, eventualmente puedan detener o frenar la propagación si se registran casos en uno de sus ambientes de trabajo.

El presente Protocolo incluye las siguientes medidas para ayudar a prevenir la infección y propagación de COVID-19 en las dependencias de SERMISUD REGIONAL YAPACANI, protegiendo de esta manera a los trabajadores y sus familias.

## **5.1. MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD GENERALES**

Las medidas que han demostrado mayor evidencia para la contención de la transmisión del virus son las siguientes:

- Lavado de manos
- Distanciamiento social
- Uso de barbijo.

Adicional a estas medidas y teniendo en cuenta los mecanismos de diseminación del virus (gotas y contacto), se deben fortalecer los procesos de limpieza y desinfección de elementos e insumos de uso habitual, superficies, equipos de uso frecuente, el manejo de residuos producto de la actividad, adecuado uso de Elementos de Protección Personal EPP y optimizar la ventilación del lugar y el cumplimiento de condiciones higiénicas sanitarias.

A continuación, se describe de manera puntual la aplicación de las medidas de bioseguridad que han demostrado mayor evidencia para la contención de la transmisión del virus en el reinicio de las actividades laborales en oficinas de SERMISUD REGIONAL YAPACANI y durante el tiempo de crisis COVID-19.

### **5.1.1. LAVADO DE MANOS**

SERMISUD REGIONAL YAPACANI dispondrá en los baños de la empresa suministro constante de jabón y toallas de papel, así como también de alcohol en gel en el ingreso principal a las oficinas. A su vez, se colocará carteles tanto de señalización de ubicación de material sanitario, como de incentivo y concientización para el lavado frecuente de manos.

Los trabajadores de SERMISUD REGIONAL YAPACANI deberán realizar el lavado de manos frecuentemente, por lo menos cada 3 horas o antes si así lo requiere. El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse cuando las manos están visiblemente sucias, antes y después de ir al baño, antes y después de comer, después de estornudar o toser, antes y después de usar barbijo, o antes de tocarse la cara. (Ver Anexo 1 Técnica de lavado de manos con agua y jabón).

La higiene de manos con alcohol en gel se debe realizar siempre y cuando las manos están visiblemente limpias. (Ver Anexo 2 Técnica de higiene de las manos con preparaciones alcohólicas)

### **5.1.2. DISTANCIAMIENTO SOCIAL**

El distanciamiento físico significa mantener un espacio entre las personas fuera de su casa. Para practicar el distanciamiento físico se requiere:

- Los trabajadores deben permanecer al menos a 2 metros de distancia de otras personas y entre los puestos de trabajo evitando contacto directo.
- No se permitirá reuniones en grupos en los que no pueda garantizar la distancia mínima de 2 metros entre cada persona.
- Se dará uso de las ayudas tecnológicas (correo electrónico, Whatsapp, Zoom, etc.) con el fin de evitar aglomeraciones y evitar en lo posible el intercambio físico de documentos de trabajo.

### **5.1.3. USO DE BARBIJO**

El uso correcto de los barbijos es fundamental para evitar el contagio, igualmente importante el retiro de estos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso. A continuación se da los lineamientos para un uso correcto. (Ver Anexo 3 Uso correcto de barbijo)

- ✓ Lávese las manos antes de colocarse el barbijo.
- ✓ Ajuste el barbijo, si tiene elásticos, por detrás de las orejas; si es de tiras se debe atar por encima de las orejas en la parte de atrás de la cabeza y las tiras de abajo por debajo de las orejas y por encima del cuello.
- ✓ La colocación debe ser sobre la nariz y por debajo del mentón.
- ✓ No toque el barbijo durante su uso. Si debiera hacerlo, lávese las manos antes y después de su manipulación.
- ✓ El barbijo se puede usar durante un día de manera continua, siempre y cuando no esté roto, sucio o húmedo, en cualquiera de esas condiciones debe retirarse, eliminarse y colocar uno nuevo.
- ✓ Cuando se retire el barbijo, hágalo desde las cintas o elásticos, nunca toque la parte externa de la mascarilla.
- ✓ Una vez retirada, doble el barbijo con la cara externa hacia dentro y deposítela en una bolsa de papel o basura.



- ✓ Inmediatamente después del retiro del barbijo realice lavado de manos con agua y jabón.
- ✓ Los barbijos no se deben dejar sin protección encima de cualquier superficie (ej. Mesas, repisas, escritorios equipos entre otros) por el riesgo de contaminarse.

## **5.2. DOTACION DE EQUIPO DE PROTECCION PERSONAL DE BIOSEGURIDAD**

SERMISUD dotará a su personal dependiente de barbijos desechables. (Ver Anexo 3 Uso de barbijo)

A su vez SERMISUD pondrá a disposición de quien lo requiera de cofias y guantes de látex, especialmente para aquellas personas que requieran contacto con terceros, manejo de dinero, etc. La razón de uso de cofias es que protegen el cabello y cuero cabelludo donde puede alojarse el virus. (Ver Anexo 4 Uso correcto de cofia). (Ver Anexo 5 Uso correcto de los guantes de látex)

De igual manera SERMISUD REGIONAL YAPACANI proveerá de jabón, toallas de papel, alcohol en gel, así también se colocará una cabina de desinfección en el ingreso a las oficinas y de dispensadores automáticos de alcohol en gel y desinfectante para pies en el ingreso a sus oficinas técnica y administrativa.

De igual manera se anuncia que a aquellos trabajadores que adicionalmente al barbijo que dotará la empresa; decidan por cuenta propia protegerse con overoles de bioseguridad, gafas, gorras, guantes, etc., la empresa será flexible con ellos en cuanto a la obligatoriedad del uso de uniforme mientras dure la emergencia COVID-19.

## **5.3. LIMPIEZA Y DESINFECCION DE LAS OFICINAS DE SERMISUD REGIONAL YAPACANI**

Las tareas de limpieza de las oficinas de SERMISUD REGIONAL YAPACANI la limpieza se realizan a primera hora de la mañana previamente al inicio de la jornada laboral.

Las tareas de desinfección a su vez serán realizadas por el personal de SERMISUD REGIONAL YAPACANI de la siguiente manera:

- ✓ Cada trabajador deberá tener en absoluto orden y con rigurosa limpieza su área de trabajo, debiendo realizar la desinfección de su área de trabajo y equipo antes de iniciar la jornada y si hubiera visita de terceros, deberá realizar la desinfección de su lugar de trabajo más veces al día, de acuerdo a lo que se requiera. Para ello la empresa le dotará

---

de un desinfectante. Como área de trabajo, se tiene que considerar las superficies con las que se tiene mayor contacto: mesas, escritorios, teclado, mouse, teléfonos, impresoras, etc.

- ✓ La desinfección de pisos, paredes, y mobiliario se realizara a cargo de la empresa, para lo cual la empresa designará personal que realizará la desinfección. El rol de asignaciones y el personal se dará a conocer oportunamente mediante instructivos.
- ✓ El personal que realice las tareas de desinfección debe usar EPP adecuado para las tareas (mascarilla y guantes).

#### **5.4. LINEAMIENTOS DE BIOSEGURIDAD QUE LOS TRABAJADORES DE SERMISUD DEBEN CUMPLIR**

Para cuidar su salud y la de sus familias, los trabajadores de SERMISUD REGIONAL YAPACANI deberán mínimamente seguir estos lineamientos al ir a trabajar, durante la jornada y al retornar a su hogar.

##### **INGRESO A OFICINAS**

- ✓ Se habilita como único ingreso a Oficinas Administrativas para todo el personal que ingresa a pie, la puerta principal.
- ✓ Personal de la empresa que ingrese en vehículo oficial debera primero pasar por la cámara de desinfección el conductor y el vehículo tendrá que ser desinfectado antes del ingreso a oficinas.
- ✓ Todo ingresante a las instalaciones sin excepción, deberá pasar por el control de temperatura, que deberá mantenerse por debajo de los 38°C, en caso de resultar una temperatura igual o mayor se convocará a personal médico para la **consulta obligatoria**, quien coordinará con Administración y RR. HH. en casos de sospecha.
- ✓ Pasada la prueba de temperatura, todo ingresante a las instalaciones debe pasar por la cabina de desinfección y seguir las instrucciones específicas para la desinfección efectiva.
- ✓ El registro de asistencia debe realizarse únicamente vía facial, quedando prohibido utilizar la opción de registro por huella.
- ✓ Al ingresar a las oficinas, se deberá proceder a la desinfección de pies y manos con los dispensadores que estarán dispuestos para tal fin.

---

## ***DURANTE LA JORNADA LABORAL***

- ✓ Realizar la desinfección de su área de trabajo. En lo posible deberá estar ordenada, procurando tener el mínimo de objetos en el escritorio. Todo papel deberá ser guardado en cajones y gavetas para evitar tener problemas durante las desinfecciones.
- ✓ Lavarse las manos correctamente entre 20 y 40 segundos con agua y jabón (VER ANEXO 1), cada vez que sea necesario especialmente luego de:
  - Usar transporte público
  - Recibir monedas o billetes luego de una transacción
  - Usar servicios sanitarios
  - Usar manijas de puertas
  - Manejar celulares
  - Usar teléfonos comunes, teclados, impresoras u otros equipos
  - Antes y después de comer
- ✓ Luego de lavarse las manos y cada vez que sea necesario, aplicarse alcohol en gel, como medida de prevención y desinfección (VER ANEXO 3).
- ✓ Cubrirse la nariz y boca con el antebrazo o pañuelo desechable al toser o estornudar, y desechar inmediatamente los pañuelos en los contenedores.
- ✓ Evitar tocarse la cara, ojos, nariz y boca (solamente previo lavado y desinfección).
- ✓ Evitar saludar con apretón de manos, besos en la mejilla y evitar otras formas de contacto físico.
- ✓ Mantener una distancia de 2 metros como mínimo entre persona y persona.
- ✓ Si presenta los siguientes síntomas: fiebre, tos o dificultad al respirar, comunicar inmediatamente a la Unidad de Recursos Humanos y al inmediato superior, evitando la automedicación y procurando no asistir a la fuente laboral. Recuerda seguir el Protocolo del Ministerio de Salud y comunicarte con las líneas de atención para el soporte médico y ejecución de las pruebas respectivas.
- ✓ Evitar fumar esto puede resultar perjudicial, en especial si presenta algún síntoma.
- ✓ Para personas que tienen el cabello largo, preferentemente tenerlo recogido.
- ✓ Utilizar preferentemente prendas de manga larga y pantalones largos con el fin de no dejar la piel descubierta.
- ✓ Evitar compartir utensilios como: vasos, tazas, cucharas, botellas.

- ✓ Usar preferentemente pañuelos desechables y eliminarlos inmediatamente después de su uso en los contenedores adecuados; y evitar los pañuelos de tela.
- ✓ Utilizar de forma adecuada el EPP de Bioseguridad asignado.

### **AL RETORNAR AL HOGAR**

Una vez que el trabajador llegue a su casa debe seguir los siguientes pasos para garantizar que en caso de haber tenido contacto con partículas del virus del COVID-19, este no sea trasladado a otras superficies y/o personas del entorno familiar:

- ✓ Se debe intentar no tocar nada ya que las manos o guantes pueden estar contaminadas.
- ✓ Evitar el contacto con cualquier persona, sin antes garantizar que su cuerpo esté limpio y desinfectado.
- ✓ Quitarse los zapatos antes de ingresar a la casa y desinfectarlos por arriba y por abajo.
- ✓ Desinfectar todos los objetos personales con los que se tuvo contacto durante la jornada laboral y durante el retorno a casa (carteras, teléfono celular, gafas, llaves, etc.).
- ✓ Cambiarse los zapatos o ir descalzo hacia la lavandería o lugar donde se pueda quitar la ropa, no sacudirla para evitar la dispersión del virus antes de lavarla, lavarla evitando mezclarla con la del resto de la familia. Es recomendable utilizar agua tibia o caliente para eliminar el virus del COVID-19.
- ✓ Quitarse el barbijo y los guantes de forma correcta (VER ANEXO 5), desechándolos usando las técnicas adecuadas, evitando el contacto de la superficie de los mismos con la piel.
- ✓ Ducharse y lavar bien el cabello y el cuerpo generando bastante espuma y finalmente cepillarse los dientes.

### **5.5. MEDIDAS DE PRECAUCION ADICIONALES**

- ✓ En caso de emergencia, o de acuerdo a los niveles de riesgo, la Empresa designará el personal mínimo necesario que asistirá a trabajar a oficinas en coordinación con las jefaturas de área, Recursos Humanos y legal, turnos de asistencia, variación de horarios u otras alternativas que favorezcan el distanciamiento social.
- ✓ Se restringirá el ingreso de personas ajenas a la empresa, visitantes, vendedores, proveedores, etc, salvo casos de emergencia, debiendo el personal externo someterse a todos los lineamientos de bioseguridad.

- ✓ Los choferes deberán realizar la desinfección de las movilidades que vayan a ser utilizadas, para lo cual se les dotará de un agente desinfectante. Toda persona que se traslade en vehículos de la empresa deberá hacer uso obligatorio de barbijos. Queda terminantemente prohibido viajar con ventanas abiertas, transportar a personas ajenas a la empresa.
- ✓ De ser necesario, la empresa contratará un bus para el traslado del personal. En el bus todos deberán hacer uso de EPP de bioseguridad y mantener distanciamiento. El bus contratado deberá realizar de manera diaria la desinfección interna de asientos, barandas, y toda superficie de contacto.
- ✓ Toda persona con tos leve o fiebre (temperatura de 37,3 °C o más) debe permanecer en casa. Se realizará seguimiento rutinario a estas personas debiendo permanecer en casa, aplicar higiene respiratoria, lavado de manos, distanciamiento social (al menos 1 metro).
- ✓ Los trabajadores que presenten los síntomas de COVID-19 deberán informar al seguro de salud a través de los números telefónicos habilitados para el efecto. Los profesionales de salud recomendarán si un trabajador requiere ingresar en cuarentena u hospitalización, para que de acuerdo a ello aplique el permiso de trabajo o baja médica.

## **6. MEDIDAS ANTE LA SOSPECHA DE COVID-19 EN SERMISUD**

Si se diera el caso que un trabajador de SERMISUD REGIONAL YAPACANI en el desarrollo de sus actividades laborales presente síntomas de COVID-19, se deberá comunicar al Encargado de Seguridad Ocupacional, quienes procederán a aislar a la persona sospechoso o enferma en una sala o zona donde no tenga contacto con otras personas en el lugar de trabajo, limitar el número de personas que tengan contacto con la persona enferma y se pondrán en contacto inmediatamente con las autoridades locales de salud.

Es de suma importancia que los encargados de área puedan identificar a las personas que puedan estar en riesgo y bríndeles apoyo, sin fomentar la estigmatización ni la discriminación en el trabajo. Pueden ser personas que hayan viajado recientemente a una zona donde se hayan notificado casos o hayan estado en contacto con personas con COVID-19, y que padezcan afecciones como diabetes, cardiopatías o enfermedades pulmonares) o sean de edad avanzada, factores que las pueden hacer más vulnerables a cuadros graves de la enfermedad.

En caso de darse un COVID positivo la Empresa se verá en la necesidad de buscar alternativas de trabajo, las cuales serán comunicadas a los trabajadores.

# ANEXOS

## **ANEXO 1**

### **TÉCNICA DE LAVADO DE LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN CÓMO LAVARSE LAS MANOS CON LOS SIGUIENTES PASOS**

Duración de todo el procedimiento: 40 a 60 segundos

 <p><b>0</b> Mójese las manos con agua</p>	 <p><b>1</b>-Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir toda la superficie de las manos</p>	 <p><b>2</b>- Frótese las palmas de las manos entre si</p>
 <p><b>3</b>-Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa</p>	 <p><b>4</b>- Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados</p>	 <p><b>5</b>- Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos</p>
 <p><b>6</b>-Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa</p>	 <p><b>7</b>-Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa</p>	 <p><b>8</b>-Enjuáguese las manos con agua</p>
 <p><b>9</b>-Séquese con una toalla desechable</p>	 <p><b>10</b>- Sírvese de la toalla para cerrar el grifo</p>	 <p><b>11</b>- Sus manos son seguras</p>

## ANEXO 2

### TÉCNICA DE HIGIENE DE LAS MANOS CON PREPARACIONES ALCOHÓLICAS CÓMO DESINFECTARSE LAS MANOS



Duración de todo el procedimiento: 20 a 30 segundos

 		
<p>1. Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.</p>	<p>2.-Frótese las palmas de las manos entre sí.</p>	
		
<p>3.-Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.</p>	<p>4.- Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.</p>	<p>5.- Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta agarrándose los dedos.</p>
		
<p>6.-Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.</p>	<p>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.</p>	<p>8.- Una vez secas, sus manos son seguras.</p>

### ANEXO 3

### USO CORRECTO DEL BARBIJO

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda:

- ✓ Colocarse el barbijo garantizando que cubra la boca y la nariz, sin dejar espacios de separación con la cara.
- ✓ No tocar el barbijo mientras esté colocado.
- ✓ Quitarse el barbijo con la técnica correcta (sin tocar su parte frontal).
- ✓ En caso de quitarse o tocar el barbijo usado por error, lavarse las manos con agua y jabón y/o usar alcohol líquido o alcohol en gel.
- ✓ Cuando el barbijo esté húmedo, se lo debe reemplazar por otro limpio y seco.
- ✓ No reutilizar barbijos que sean desechables, usarlos por única vez y desecharlos inmediatamente.
- ✓ Las mascarillas de tela (de gasa o de algodón) no se recomiendan en ninguna circunstancia.

Se muestra un gráfico para explicar los pasos a seguir para un correcto colocado:



#### **ANEXO 4**

#### **USO CORRECTO DE COFIA**

- ✓ Las siguientes recomendaciones son para usar adecuadamente la cofia:

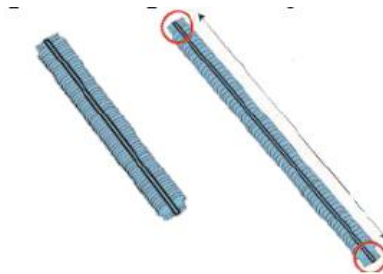
- ✓ No tocar la cofia mientras esté colocada.
- ✓ Quitarse la cofia con los guantes colocados, para no tener contacto directo con la piel.
- ✓ En caso de quitarse o tocar la cofia usada por error, lavarse las manos con agua y jabón y/o usar alcohol líquido o alcohol en gel.
- ✓ Usar las cofias por única vez y desecharlos inmediatamente.

Los pasos que deben seguirse son los siguientes:

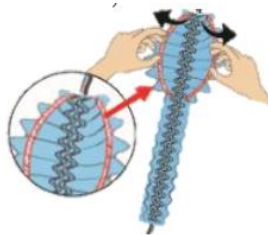
**PASO 1.** Recoger el cabello en caso de tenerlo largo.



**PASO 2.** Sujetar la cofia por las puntas y estirarla.



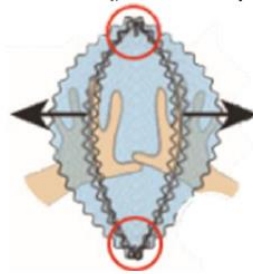
**PASO 3.** Abrir la cofia por un lado, haciendo una especie de bolsa.



**PASO 4.** Abrir la cofia desechable por completo y meter las manos.



**PASO 5.** Dar la vuelta la cofia, posicionarla frente a la cara, un punto de unión debe quedar en la frente y el otro punto debe quedén la nuca.



**PASO 6.** Colocar los elásticos hacia arriba, agachar la cabeza y colocar la costura de abajo en la frente y la de arriba en la nuca.



**PASO 7.** Colocar la cofia en la cabeza, colocando todos los cabellos y orejas dentro de esta.



**¿CÓMO QUITARSE LA COFIA?**

Agarrar la cofia de los puntos de unión situados en la frente y en la nuca (con los guantes aun colocados y finalmente desecharla en el contenedor adecuado.

## **ANEXO 5**

## **USO CORRECTO DE LOS GUANTES DE LATEX**

Por la expansión del coronavirus en el mundo, es fundamental saber cómo ponerse y quitarse los guantes correctamente, así como entender en qué momentos deben emplearse. De esta forma nos protegemos y protegemos a los demás.

Los guantes de látex o descartables, sirven para cubrirse las manos, estos actúan como una barrera, tanto para proteger al que los lleva de la posible contaminación del entorno, y también ayudan a evitar que la persona que los usa transmita el virus a los demás.

Los pasos para un adecuado uso de los guantes son:

**PRIMER PASO:** Quitarse todos los accesorios de manos y muñecas, como anillos, pulseras o relojes. Además, se recomienda tener las uñas bien cortadas para evitar que se rasguen.

**SEGUNDO PASO:** Lavar bien las manos con agua y jabón, siguiendo los pasos para un correcto lavado de manos y Desinfección (VER ANEXO 1 y ANEXO 2).

Tras el lavado, es importante secarse con una toalla de papel. Si se usó alcohol en gel o alcohol líquido para las manos pueden secarse solas.

**TERCER PASO:** Colocarse los guantes, teniendo la precaución de no contaminarlos tocando la parte externa de los guantes, para ello se debe meter primero una mano, cuando se meta la mano en el segundo guante, puede ayudarse con la otra que ya está cubierta.

Es importante

Para quitarse los guantes se deben seguir los siguientes pasos:

Se debe tener mucho cuidado al quitarse los guantes ya que si estos están contaminados, y la persona que los lleva los toca con sus manos descubiertas, puede infectarse del microorganismo que esté presente.

**PRIMER PASO:** Pellizcar con cuidado uno de los guantes y retirarlo sin tocar la parte externa, jalarlo con la mano que todavía está cubierta y colocarlo en un contenedor, preferentemente en uno destinado para residuos patológicos.

**SEGUNDO PASO:** Para quitar el segundo guante, introducir los dedos de la mano libre por el interior del guante. De este modo se podrá darle la vuelta sin tocar el exterior. Finalmente se lo debe desechar a un contenedor de basura para que no haya riesgo de contaminación.

Se muestra un gráfico para explicar los pasos correctos a seguir:



**ANEXO 6**

**INSTRUCCIÓN ESPECÍFICA IE-SGI-12.00.01**

**TRABAJO OFICINAS ADMINISTRATIVAS SUCRE**

**DURANTE LA PANDEMIA COVID 19**



---

## ANEXO 7

### **RECOMENDACIONES PARA LAS PERSONAS QUE SON CONTACTOS DE UN CASO SOSPECHOSO O CONFIRMADO DE COVID-19**

#### **LOS CONTACTOS**

Se consideran contactos aquellas personas que hayan mantenido alguna de las formas de exposición siguientes:

- 1) Exposición asociada a la atención de salud, bien por atender directamente a pacientes con COVID-19, por trabajar con profesionales de salud infectados por el virus causante de la enfermedad o por visitar a pacientes enfermos o permanecer en un mismo entorno con ellos.
- 2) Exposición por trabajar cerca de un paciente con COVID - 19 o estudiar en la misma aula que él.
- 3) Exposición por viajar en cualquier tipo de vehículo con un paciente afectado por la COVID-19.
- 4) Exposición por haber convivido en el mismo domicilio con un paciente con COVID-19 en los 14 días posteriores a la aparición de sus primeros síntomas.

#### **RECOMENDACIONES PARA LA PERSONA QUE ES CONTACTO**

Las principales recomendaciones para las personas que son contactos ante un caso sospechoso o positivo de COVID-19, es lo siguiente:

- Una vez informado *de la posibilidad de ser UN CONTACTO*. (Información por diferentes vías: televisión, radio, periódico, rumores u otros), *acudir inmediatamente a un establecimiento de salud más cercano* (el transporte debe ir la parte posterior con ventanas abiertas y en lo posible que sea un transporte individual), o contactarse por vía telefónica al CALL CENTER (800-10-1104 o 800-10-1106) o teléfono de su Departamento.
- Aislamiento por 14 días a partir de su contacto con la persona enferma de COVID-19, con la finalidad de evitar contagiar a sus familiares o personas cercanas.

- Debe realizar los cuidados correspondientes:

- Cubrirse con mascarilla quirúrgica (barbijo)
- Debe realizar higiene de manos frecuentemente (lavado con agua y jabón o uso de alcohol en gel).
- Mantener distancia social de por lo menos un metro con alguna persona o familiar.
- No debe compartir artículos de higiene personal, ni de alimentos con otras personas que habiten en el hogar.
- Usar pañuelos desechables y eliminarlos en forma adecuada en basurero con tapa.
- En caso de estornudar o toser, cubrir la nariz y boca con pañuelo desechable o el antebrazo.
- Mantener ambientes limpios y ventilados.

- REALICE AUTO-MONITOREO DE SÍNTOMAS sugerentes de infección respiratoria, tales como FIEBRE, TOS SECA, FATIGA y otros.

- Control de temperatura corporal cada 12 horas.

- Si en caso presentara ALGÚN SÍNTOMA como FIEBRE, TOS, FATIGA, y otros COMUNICARSE AL TELEFONO ANTERIOR (CALL CENTER).