

VI PLAN DIRECTOR DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

FRENTE A LA COVID-19, NO BAJES LA GUARDIA

La transmisión del SARS-CoV-2 por inhalar aerosoles con partículas virales está demostrada. Las vacunas no impiden al 100% la réplica del virus en las mucosas de las vías respiratorias.

Recomendaciones tomadas del documento “Evaluación del riesgo de transmisión del SARS-COV-2 mediante aerosoles. Medidas de prevención y recomendaciones”, del Ministerio de Sanidad

RECOMENDACIONES DEPENDIENTES DEL AMBIENTE INTERIOR

- EVITAR LA RECIRCULACIÓN DE AIRE Y MAXIMIZAR SU ENTRADA DEL EXTERIOR.
- REALIZAR LA VENTILACIÓN NATURAL CRUZADA.
- EVITAR FLUJOS DE AIRE ENTRE PERSONAS EN INTERIORES MAL VENTILADOS.
- CUMPLIR LAS RECOMENDACIONES DE MANTENIMIENTO DE LOS SISTEMAS DE CLIMATIZACIÓN Y VENTILACIÓN DE EDIFICIOS.
- LOS SISTEMAS DE VENTILACIÓN TENDRÁN UNA MÍNIMA MEDIANTE APORTACIÓN DE AIRE EXTERIOR DE 12,5 LITROS/SEGUNDO/PERSONA.
- LOS MEDIDORES CO2 AYUDAN A COMPROBAR SI LA VENTILACIÓN ES ADECUADA Y SE UTILIZARÁN SEGÚN EL CRITERIO DE LOS TÉCNICOS DE MANTENIMIENTO Y LAS NECESIDADES DEL LOCAL O EDIFICIO.
- USAR FILTROS DE AIRE CON LA EFICACIA MÁXIMA ASEGURANDO EL CAUDAL DE AIRE. PUEDEN UTILIZARSE SISTEMAS DE PURIFICACIÓN AUTÓNOMOS CON FILTROS.
- LA HUMEDAD RELATIVA DEL AIRE (HR) ESTARÁ ENTRE EL 40% Y EL 60%.

RECOMENDACIONES DEPENDIENTES DE LA PERSONA

- USAR LA MASCARILLA EN ESPACIOS CERRADOS, AÚN CON DISTANCIA DE SEGURIDAD. USARLA TAMBIÉN EN ESPACIOS EXTERIORES.
- EN EL ENTORNO SANITARIO, SE UTILIZARÁN LAS MASCARILLAS QUIRÚRGICAS Y AUTO-FILTRANTES, DE ACUERDO A LA EVALUACIÓN DE RIESGO DE EXPOSICIÓN.
- NO SOBREPASAR EL TIEMPO DE USO DE LAS MASCARILLAS.
- MANTENER DISTANCIA FÍSICA INTERPERSONAL.
- REDUCIR EL TIEMPO DE PERMANENCIA EN INTERIORES.
- DISMINUIR EL TONO DE VOZ. DEBEMOS EVITAR GRITAR, CANTAR Y HABLAR EN ALTO. REDUCIR LOS NIVELES DE RUIDO AMBIENTAL PARA HABLAR EN TONO BAJO.

OTRAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN LA EMPRESA

- POTENCIAR EL TELETRABAJO DESARROLLANDO ACTIVIDADES QUE LO PERMITAN.
- ADOPTAR OPCIONES DE TRABAJO MIXTA PARA ACTIVIDADES QUE NO REQUIERAN UNA PRESENCIA CONTINUA EN EL CENTRO DE TRABAJO.
- REALIZAR UNA REDISTRIBUCIÓN DE TAREAS.
- VENTILACIÓN NATURAL CRUZADA.
- LA COMBINACIÓN DE TODAS LAS MEDIDAS PREVENTIVAS MINIMIZA LA TRANSMISIÓN DE LA INFECCIÓN EN GRAN MEDIDA.



<http://madrid.ugt.org/salud-laboral>
<https://facebook.com/saludlaboralugtmadrid>



Comunidad de Madrid

“El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo colabora en esta publicación en el marco del VI Plan Director de Prevención de Riesgos Laborales de la Comunidad de Madrid 2021-2024 y no se hace responsable de los contenidos del mismo ni de las valoraciones e interpretaciones de sus autores. El material elaborado recoge exclusivamente la opinión de su autor como manifestación de su derecho de libertad de expresión”.