



Pacto Global
Red Panamá

Resumen Mesa Seguridad y Salud Ocupacional Sesión 21 mayo

- La Resolución de MITRADEL DM 154-2020 del 20 de mayo de 2020, GO 29028-A, busca resolver un formulario de requisitos básicos para el cumplimiento de los lineamientos para el retorno a la normalidad, en las empresas Post-Covid-19 en Panamá, y en su artículo 6 que para validar los protocolos y guías para el retorno al trabajo frente a la pandemia de COVID-19, en aquellas empresas que cuenten con 51 trabajadores o más su elaboración y presentación será responsabilidad de profesionales idóneos en seguridad ocupacional o ingeniería en prevención de riesgos laborales.
- Para muchas empresas este documento que fue plasmado puede generar mucha ansiedad y confusión porque además de establecer requerimientos y guías adicionales que las empresas de poner en práctica:
 - Medidas de accesos, estancia y salida de los estacionamientos o locales;
 - Medidas de higiene personal y de limpieza; entre otras
- La seguridad y salud en el trabajo tiene que ser enfoque multidisciplinario, interdisciplinario.
- La Resolución 405 del MINSA establece la Declaración Jurada donde las empresas a su plan de prevención de riesgos (que en Panamá está reglamentado), a ese contenido debería ser suficiente para que las empresas puedan tener una estructura y preservar la seguridad y salud de los trabajadores.
- Debe existir una línea o figura inteligente como ROSA mediante el cual cualquier ciudadano que identifique que hay algo incorrecto o sospechoso, pueda comunicar a las autoridades y sean éstas quienes realicen una verificación o inspección y determinen si hay que hacer acciones correctivas incluyendo el cierre o paralización de la empresa.
- Las autoridades han hecho un planteamiento de lo que las empresas deben cumplir y hay que remitir en un formato único al MITRADEL. Y la mesa de trabajo del MITRADEL y MINSA lo revisan, hacen una inspección para otorgar el sello Panamá Saludable, con el cual las empresas van operar.
- Las empresas que no cerraron amparadas por el Decreto Ejecutivo 507, también deben cumplir con éste requisito la creación del Comité y los lineamientos para el regreso al trabajo aplican a todas las empresas.
- Plan Integral de 12 pasos para el retorno al trabajo seguro:
 1. Creación del Comité
 2. Declaración Jurada
 3. Capacitación
 4. Medidas de prevención y control
 5. Remitir a las autoridades
 6. Manejo de Estrés

7. Monitoreo de síntomas
 8. Horarios de Acceso
 9. Auditoria de cumplimiento
 10. Dotación de EPP
 11. Señalización
 12. Gestión del Retorno a la normalidad
- Si las empresas tenían un Comité de Salud y Seguridad previó al COVID-19, este comité puede asumir las funciones, con una formación.
 - La Declaración Jurada está en la Resolución 405 MINSA que establece que todas las empresas deben tener un Plan de Prevención de Riesgos laborales basados en la Resolución 45558 deben presentar una declaración jurada, con 5 aspectos que forman un contenido mínimo adicional.
 - Procedimiento para detectar oportunamente a trabajadores sintomáticos y asintomáticos.
 - Procedimiento de metodología y la periodicidad con que se realizaran las pruebas aprobadas por las Autoridades de Salud.
 - Procedimiento de reporte a las autoridades sanitarias caso con síntoma de COVID-19.
 - Procedimiento de comunicación y capacitación de los trabajadores de hábitos de higiene e implementación y actualización de protocolos.
 - Procedimiento de divulgación, colocación de material alusivo a las medidas de higiene, síntomas, números de contacto entre otros.
 - Procedimiento de dotación de equipo de protección personal, oportuno y adecuado.
 - Medidas en caso de contagio.
 - Medidas de protección en la modalidad de teletrabajo.
 - Medidas de seguridad en viajes y desplazamientos.
 - La capacitación es necesaria que todos los ciudadanos sepan cuáles son los síntomas del COVID-19, y medidas necesarias para prevenir y controlar que la infección se siga transmitiendo.
 - En las medidas de prevención y control se hace énfasis en distanciamiento, lavado frecuente de manos, dotación de equipos
 - Debe haber un manual de manejo de estrés y pausas activas.
 - La bitácora de temperatura es prudente que se tenga la de todas las personas por lo menos de las 2 últimas semanas, porque si alguien resulta positivo dentro de la organización, una de las cosas que observan es ese registro.
 - A través de un portal que el MITRADEL va a habilitar se podrá enviar el documento único el cual será evaluado por la mesa de salud y trabajo y luego un inspector validará y otorgará el sello Panamá Saludable
 - En la auditoría de cumplimiento es una parte fundamental del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y ese requerimiento de cumplimiento es como debemos ser vigilantes dentro de nuestra organización de que estamos cumpliendo con los requerimientos de toma de temperatura, que los colaboradores usen los EPP, de la limpieza y desinfección, distanciamiento social

- Dotar al personal de EPP
- Señalizar las medidas y acciones
- Gestionar el retorno a la normalidad- Como garantizamos que esto lo ejecute alguien dentro de la organización.
- Las plataformas de aprendizaje en la red son vitales.
- Debe haber un Comité de personas y hacerlo de acuerdo a las resoluciones que se han emitido.
- Las empresas deben contar con un Plan de Prevención de Riesgos laborales, es algo que hay que construir. En ese plan hay que incluir este contenido adicional para garantizar que estamos retomando al trabajo de forma segura y saludable.
- La seguridad tiene que ir de la mano con la operación de la empresa.

Equipo de protección personal

- La retroalimentación y actualización de las normativas es fundamental, todo va evolucionando.
- Protección respiratoria
- Cada uno de los nosotros debemos planificarnos una agenda diaria para hacer más llevadero lo que vivimos
- No hay abrumarse con información falsa del COVID 19 pues crea zozobra, buscar en fuentes fidedignas
- Es un virus, se transmite por la gotículas y se generan cuando las personas estornudan, secreciones nasales o hablan.
- Hay estudios del tiempo que el virus puede vivir, pero son estudios realizado en climas distintos a los de Panamá, por eso los protocolos de limpieza y sanitización hay que cumplirlos estrictamente para ir cerrando las brechas del contagio del virus.
- Las mascarillas y desinfectantes serán fundamental en nuestro diario vivir
- Hay muchos tipos de mascarillas
- Dentro de la casa si nadie ha tenido contacto cercano con alguien contagiado no debe usarse dentro del entorno,
- Pero para salir a la calle se debe salir, debe usarse protección respiratoria.
- Si alguien en casa tiene síntomas todos deben usar la mascarilla
- Existen varios tipos de mascarillas
 - Mascarillas Quirúrgicas: Están diseñadas para actuar como barrera para agentes infecciosos contenidos en el aire que pasa desde el interior.
 - La clave es recordar que las mascarillas quirúrgicas solo protegen contra los agentes infecciosos que pueden transmitirse por medio de gotitas.
 - La deben utilizar las personas que tengan los síntomas a que resulten positivos.
 - Estas mascarillas no tienen un nivel alto, hay que tener cuidado, distanciamiento social. Ellas no están ajustadas totalmente en la cara y pueden entrar fluido
 - Las mascarillas con Respiradores son las recomendadas por las autoridades sanitarias, son desechables, sino se manipulan adecuadamente puedes contagiarte. Por el tema de escasez, el precio se ha elevado. No se deben dejar a la intemperie.

- Los respiradores reutilizables con filtros, son de tiempo prolongado, debe desinfectarse antes de utilizarse, mayor nivel de protección, necesita prueba de ajuste, solo se reemplaza el filtro.
- Antes y después de colocarte la mascarilla, lávate las manos con agua y jabón.
- La mascarilla debe de cubrir boca y nariz
- Comprobar el ajuste (si no hay fugas se considera que está bien)
- Las personas con cabello largo deben recogerse previamente el pelo y las personas con barba tienen que extremar la precaución, pues es difícil el sellado de la mascarilla.
- LA retirada debe realizarse evitando el contacto directo con la parte delantera de la misma (superficie expuesta)
- Las mascarillas son principalmente de un solo uso.
- No debe reutilizarse, pero de manera extraordinaria dada la situación de pandemia, se recoge la posibilidad de reutilizar las mascarillas de filtración dada la falta de suministro. Y se trataría de una reutilización limitada.
- Las mascarillas para reutilizarlas se deben conservar en lugar limpio, seco y transpirable, como una bolsa ziploc
- Identificarla con nombre y apellido
- Evitar tocar la parte interior. Si se toca realizar higiene de manos
- La experiencia del uso de la mascarilla indica que se pueden usar durante horas de uso continuo o intermitente. Es poco probable que el uso prolongado sólo degrade la protección respiratoria, pero hay pocos estudios al respecto.
- No hay forma de determinar el número máximo de reutilización segura, pero depende del tipo de mascarilla y de la contaminación, Por eso debe revisarse la ficha técnica de cada producto
- Cepa no recomienda las mascarillas de tela.
- El tiempo de uso depende de las instrucciones de cada mascarilla
- Las indicaciones del MINSA establecen que el colaborador de SySO de la empresa es la que debe hacer un estudio dependiendo de las funciones y riesgo que están expuestos.
- El regreso a la normalidad debe ser paulatina para que el costo de las mascarillas no sea tan alto.
- No hacer ejercicio cardiovascular intenso con mascarilla.

Israel Garrido

Guantes y Lentes

- Se utilizará protección ocular cuando haya riesgo de contaminación en los ojos
- El guante solo será necesario en caso de que la particularidad de la ocupación lo requiera (personal de aseo y manipulación de alimentos)
- Crea falsa seguridad el uso de guantes para personas no recomendadas y el mal uso produce diseminación.
- La recepcionista puede usar monogafas o lentes
Los colaboradores no deben compartir los equipos de protección personal
- Manejo de desechos y equipos adecuado.

- Provisión continua de los equipos de protección personal a los colaboradores
- Las personas deben usarlos dependiendo de los riesgos
- Se debe vigilar que los colaboradores los utilicen
- Los empleadores deben capacitar sobre el uso de equipo personal
- Al realizar labores de limpieza y desinfección, emplear equipos de protección personal en las brigadas de limpieza: Zapatos impermeables, gafas de protección ocular, guantes desechables, impermeables y de manga larga, batas y delantal desechable
- Cumplir con el proceso para colocarse adecuadamente el EPP
 - Quitarse los efectos personales
 - Colocarse el traje aséptico y las botas de gomas en el vestuario
 - Pasar al área limpia que está en la entrada de la unidad de aislamiento
 - Hacer una inspección visual para cerciorarse de que todos los componentes del EPP sean del tamaño correcto y de una calidad apropiada
 - Colocarse el equipo de protección
 - Ponerse guantes de nitrilo
 - Ponerse bata desechable
 - Colocar mascarilla facial
 - Colocarse la careta o gafas
 - Cubrir la cabeza y cuello con
 - Colocarse el delantal
 - Colocarse otros guantes preferentes de puño largo
- Proceso para retirarse el EQQ
 - Bajo orientación y supervisión y conocimiento
 - Higienizar las manos
 - Retirar delantal
 - Higienizar las manos
 - Retirar los guantes externos
 - Higienizar las manos
 - Retirar el equipo que cubra la cabeza y el cuello
 - Sacar la bata
 - Higienizar las manos
 - Retirar equipo de protección ocular
 - Higiene de mano
 - Retirar las mascarillas
 - H. Manos
 - Sacarse las Botas
 - H. de manos
 - Quitarse los guantes de manera apropiada
 - H. de mano
- El lavado de manos debe ser de 40s a 60 s y se debe secar con papel toalla
- De no tener agua y jabón con gel alcoholado
- Lavado cada 30 minutos.

- Después de 3 veces de usar gel alcoholado debe lavarse las manos.