



# SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL

PROTECCIÓN LABORAL PARA  
LA OPERACIÓN RESPONSABLE



SALUD OCUPACIONAL EN TIEMPOS DE  
COVID:  
Vigilancia Epidemiológica y Evaluaciones  
Médicas

04 de junio de 2020

MARLIN M. CEDEÑO VERGARA

Médico Ocupacional en CSS

Máster en Protección y Prevención de Riesgos Laborales

# OBJETIVOS:



Presentar la importancia de la vigilancia epidemiológica ocupacional en empresas en tiempos de COVID-19.



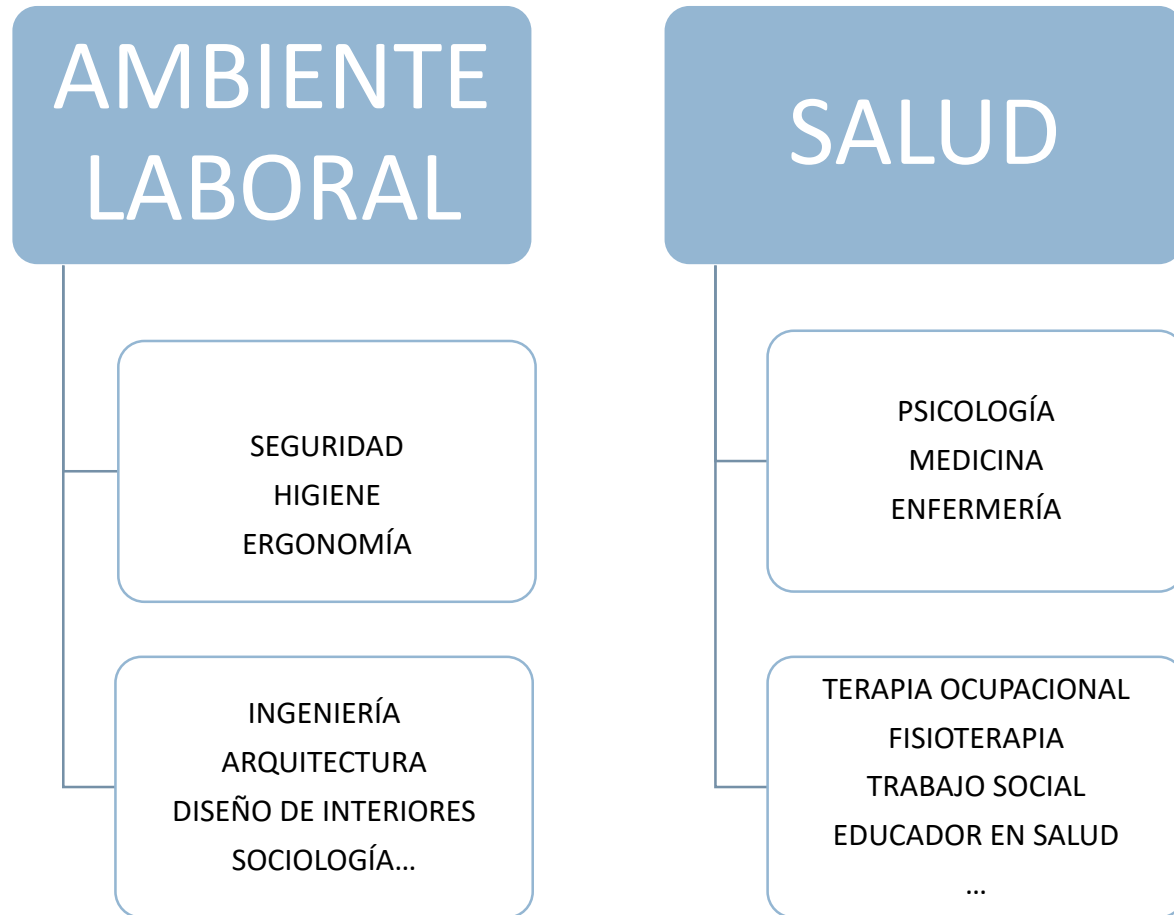
Proporcionar elementos médicos-técnicos que guíen el retorno al trabajo con medidas de prevención de riesgos, salud y seguridad en el trabajo.  
Presentar los aspectos de la evaluación médica previa al retorno al trabajo.

# Salud Ocupacional.

## Definición.

- Según la OIT y la OMS, la salud ocupacional es "la promoción y mantenimiento del mayor grado de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones mediante la prevención de las desviaciones de la salud, control de riesgos y la adaptación del trabajo a la gente y la gente a sus puestos de trabajo"

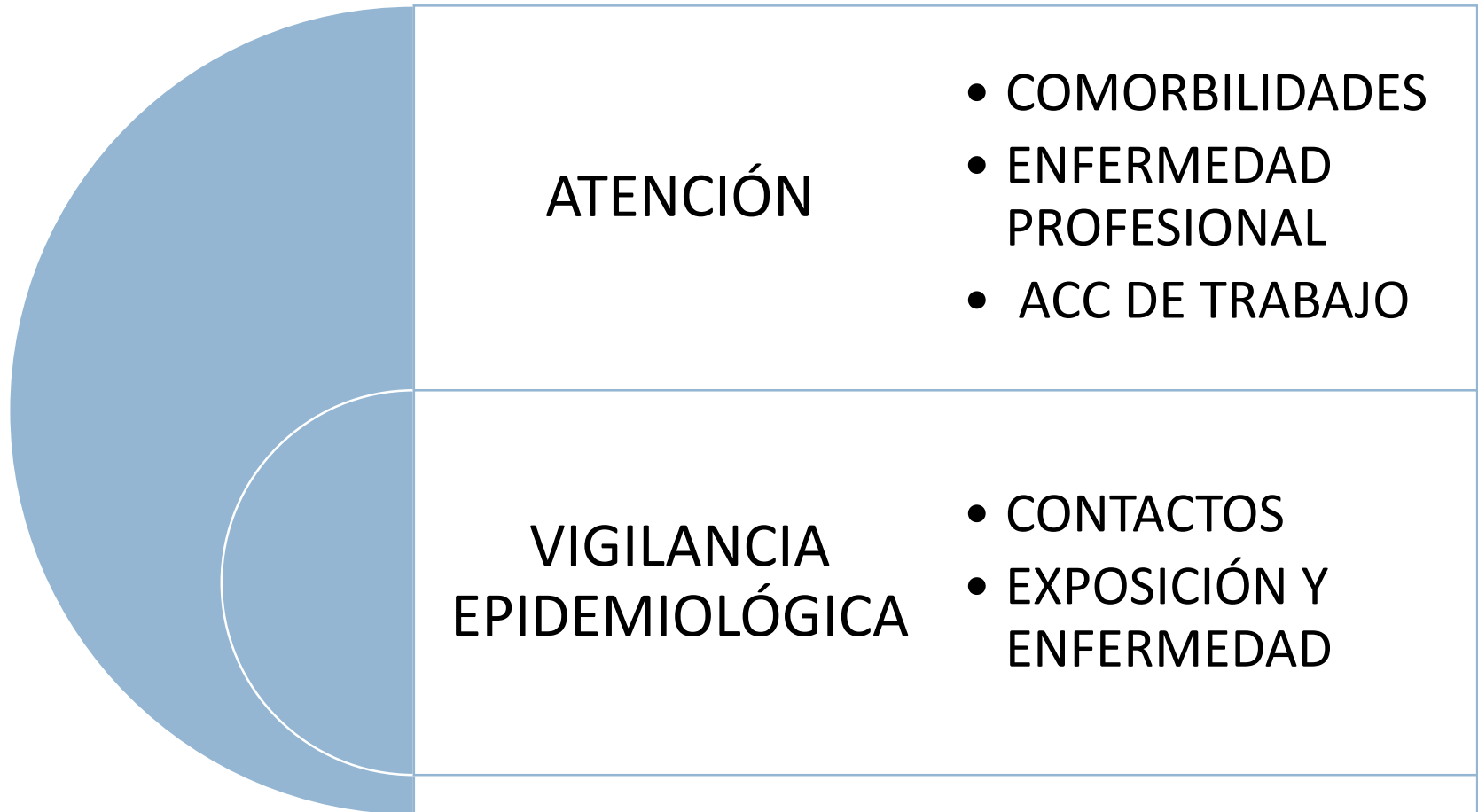
# DEL EQUIPO MULTIDISCIPLINARIO



# EQUILIBRIO



# ASPECTOS MÉDICOS OCUPACIONALES



# QUE ES EL COVID-SINTOMAS

- La infección con SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, puede causar afecciones que varían de moderadas a severas y, en algunos casos, pueden ser fatales. Los síntomas típicamente incluyen fiebre, tos y respiración entrecortada. Algunas personas infectadas con el virus han informado experimentar otros síntomas no respiratorios. Otras personas, a quienes se les refiere como *casos asintomáticos*, no han experimentado síntoma alguno.
- De acuerdo al CDC, los síntomas de COVID-19 pueden aparecer en tan poco plazo como 2 días o tanto como 14 días luego de la exposición.



# COMO SE PROPAGA

- El virus se propaga principalmente de persona a persona.
- Entre personas que están en estrecho contacto unas con otras (a menos de aproximadamente 6 pies entre sí).
- A través de las microgotas (estornudos).
- Al tocar una superficie u objeto que tiene SARS-CoV-2 en él y luego tocando su propia boca, nariz o posiblemente sus ojos, pero no se cree que esta sea la manera principal en que el virus se propaga.
- Se cree que las personas pueden ser más contagiosas cuando sus síntomas están en auge (por ej. fiebre, tos y/o respiración entrecortada).
- Transmisión asintomática (no como principal forma de propagación).

# IMPACTO EN LOS CENTROS DE TRABAJO

AUSENTISMO

CAMBIO EN PATRONES DE  
COMERCIO

INTERRUPCIONES EN  
SUMINISTRO/ENTREGA

ESTRÉS EN EL COLABORADOR

POSIBLE REORGANIZACIÓN DE  
LOS PROCESOS DE TRABAJO

# CLASIFICACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

- GUÍA SOBRE LA PREPARACIÓN DE LOS LUGARES DE TRABAJO PARA EL VIRUS COVID-19 – OSHA.
- 





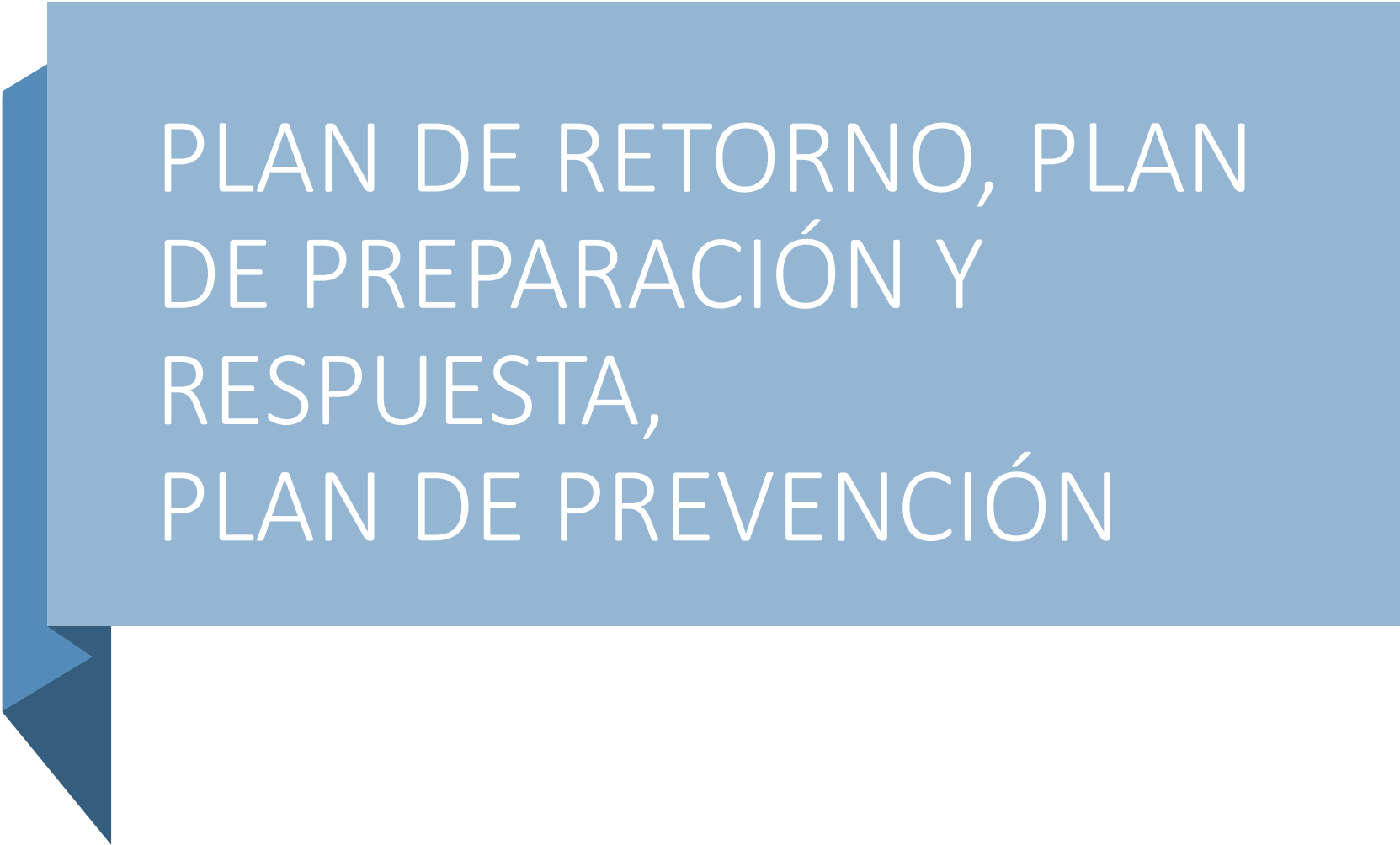
# CLASIFICACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

- MUY ALTO: atención a la salud de pacientes COVID, de laboratorio, de morgues con procedimientos generadores de aerosoles.
  - ALTO: personal de salud que deba entrar a salas de COVID, los que transportan en ambulancias, servicios mortuorios.
  - MEDIO: contacto frecuente y/o cercano –menor a 6 pies- con personas que pueden estar infectadas. Ej: escuelas, alto movimiento comercial. Transmisión comunitaria.
  - BAJO: mínimo contacto con personas.
-

# CLASIFICACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

Resolución DM-137-20 de marzo de 2020

- **CON RIESGO DE EXPOSICIÓN DIRECTA:** Contacto directo con sospechoso o confirmado.
- **CON RIESGO DE EXPOSICIÓN INMEDIATA:** Se puede generar exposición por cercanía
- **CON RIESGO DE EXPOSICIÓN INDIRECTA:** Contacto con sospechoso, incidental. Tareas ajenas a funciones propias del cargo. Ej.: transporte, aseo.
- **ESTRÉS LABORAL.** Pausas de 5 min cada hora.



PLAN DE RETORNO, PLAN  
DE PREPARACIÓN Y  
RESPUESTA,  
PLAN DE PREVENCIÓN

# PLAN O PROTOCOLO

- Información General de COVID
- Creación del Comité Especial
- Guías y Protocolos
- Medidas específicas
- Matriz de medidas sanitarias
- Reconocimiento de Síntomas
- Programa de Manejo del Estrés.

# PLAN DE PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE ENFERMEDADES INFECCIOSAS

ID DE FUENTES DE SARS-COV-2: público, hogares, transporte.

IDENTIFICACIÓN DE TIPO/GRADO DE EXPOSICIÓN

CONTROLES ADMINISTRATIVOS

CONTROLES DE INGENIERÍA

PRÁCTICAS DE TRABAJO SEGURAS

Anexo al Plan de Prevención de RP que plasma el SGSST. (Reglamento)



# EL PLAN DEBE CONSIDERAR:

- DISTANCIA FÍSICA
- HIGIENE
- LIMPIEZA, DESINFECCIÓN, GESTIÓN DE DESECHOS
- FORMACION Y COMUNICACIÓN
- EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL
- ACCIÓN Y RESPUESTA ANTE POSIBLE CASO DE COVID EN LA EMPRESA:
  - FIEBRE (o T mayor 37.5), tos, sensación de ahogo o falta de aire.
  - Mantener distancia de 2 m y notificar al responsable de RRHH, colocar mascarilla si se tiene a mano. Notificación a autoridades o enviar a centro de salud.
  - Asegurar la limpieza y desinfección de las posibles áreas contaminadas de la empresa.

# ESTAR PENDIENTES DE DETONANTES O FACTORES ESTRESORES



**En las situaciones de emergencia, las personas pueden reaccionar al estrés de diferentes maneras. Los cambios psicológicos pueden incluir un aumento de la ansiedad, un estado de ánimo bajo, una baja motivación y pensamientos depresivos.**



el temor por el propio bienestar o el de los miembros de la familia y los compañeros de trabajo que puedan contraer la enfermedad;



◆ la falta de EPP



◆ la falta de apoyo social



◆ la tensión entre los protocolos de seguridad establecidos y el deseo de cuidar o apoyar a las personas (por ejemplo, garantizar prácticas de entierro seguras, aislamiento y aplicar políticas de no tocar), y



◆ la dificultad para mantener actividades de autocuidado, como el ejercicio, los buenos hábitos alimentarios y las horas necesarias de descanso

# UN POCO DE LA NORMATIVA DE LOS RIESGOS PROFESIONALES.



# SOBRE LOS RIESGOS PROFESIONALES:

- Artículo 2 Se entiende por Riesgos Profesionales los accidentes y las enfermedades a que están expuestos los trabajadores a causa de las labores que ejecutan por cuenta de un patrono.
- Para efectos de este Seguro, accidente de trabajo es toda lesión corporal o perturbación funcional que el trabajador sufra, sea en la ejecución, con ocasión o por consecuencia del trabajo, y que dicha perturbación sea producida por la acción repentina o violenta de una causa exterior, o del esfuerzo realizado.

- Artículo 5  
enfermedad profesional todo estado patológico que se manifieste de manera súbita o por evolución lenta a consecuencia del proceso de trabajo, o debido a las condiciones específicas en que éste se ejecute.
- ENFERMEDADES ENDÉMICAS Y EPIDÉMICAS.

# Enfermedades Endémicas y Epidémicas

- Sólo se considerarán como profesionales cuando se adquieran por encargados de combatirlas debido a su oficio.
- Ocupaciones que por su naturaleza se encuentran con mayor riesgo de exposición y contagio por la configuración del espacio, frecuencia de exposición, concentración u otro elemento propio de las condiciones de trabajo.
  - Ej.: estamentos de seguridad, aduanas, migración
  - Personal de aseo
  - Personal de transporte
  - Otros grupos donde se pueda establecer nexo causal laboral

# NEXO CAUSA-EFECTO EN EL TRABAJO

- Multicausalidad de eventos condicionada por:

Causas directas: condiciones y actos.

Causas básicas: factores personales, de trabajo, falta de control.

Al médico le toca revisar y establecer el nexo.

DESCRIPCIÓN DEL PROCESO DE TRABAJO, SUS RIESGOS Y CONDICIONES Y EL DESARROLLO DE LA TAREA.

MECÁNICA DEL ACCIDENTE.

# Criterios de la reincorporación al centro de trabajo.



Retorno en orden y escalonado, progresivo y con atención de personal vulnerable. Priorización del trabajo no presencial. No incorporación de personas COVID positivo hasta el alta de la cuarentena.



ORDEN Y ESCALONADO: Ni todos los trabajadores ni todos los procesos. Hay que adecuar los flujos de procesos para que funcionen con la menor cantidad de trabajadores posible.




**PERSONAL VULNERABLE:** Personas con discapacidad física o mental, mayores de 60 años, personas con comorbilidades crónicas degenerativas, embarazadas. Deben contar con evaluación de su médico e indicaciones específicas para el retorno.



# EVALUACIÓN MÉDICA

- CERTIFICADO DE APTITUD. Complementado con recomendaciones laborales de acuerdo a la aptitud físico-mental del trabajador, basado en su evaluación de salud por médico y psicología.
- CENSO DE POBLACIÓN VULNERABLE O EN RIESGO Y EVALUACIÓN PERIÓDICA DE LA SALUD.
- ENCUESTA DE EXPOSICIÓN A COVID-19.



## COMITÉS DE SALUD, SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO (Capítulo 5 del Reglamento de Prevención de Riesgos Profesionales y de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

- artículo 27. Las empresas establecerán comités de salud, seguridad e higiene en el trabajo de carácter consultivo entre empleadores y trabajadores, el número de integrantes de estos comités dependerán de la naturaleza y características de cada empresa, los cuales evaluarán y aportarán acciones orientadas a la promoción, prevención y solución de los problemas de seguridad y salud en el trabajo, de acuerdo a las circunstancias de cada actividad.
-

# Recomendaciones...a un click!



MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A COVID-19  
REANUDACIÓN DE LA ACTIVIDAD LABORAL

## DESPLAZAMIENTOS A CENTROS DE TRABAJO

### Antes de salir de casa

La persona trabajadora debe comprobar si tiene síntomas y tomarse la fiebre. Si tiene fiebre tiene que comunicarlo telefónicamente a su responsable directo y la empresa emitirá un justificante de no asistencia presencial al centro de trabajo.

### Medios de transporte

#### Vehículo personal

Lo ideal sería NO compartir vehículo, pero en el caso de compartir vehículo.



#### Compartir vehículo

En un turismo de 4/5 plazas sólo podrán viajar 2 personas. 1 persona por fila.

En vehículos de 9 plazas con 3 filas de asientos pueden viajar 3 personas por vehículo.

Nunca más de una persona por fila de asientos.

Se recomienda el uso de mascarilla.

Desinfección del vehículo tras su utilización.

#### Transporte Público

Se recomienda no utilizar transporte público para ir al trabajo.



#### Medidas Preventivas

Mantén una distancia de 2 metros entre las personas que viajan contigo. Lleva guantes y mascarilla.



#### Andando al trabajo

Mantén una distancia de 2 metros entre las personas que viajan contigo. Lleva guantes y mascarilla.

#### Transporte Corporativo

Desecha los guantes de forma segura, sin reutilizarlos en ningún caso



#### Medidas Preventivas

Se debe mantener una separación de un asiento ocupado cada dos asientos.

Posición diagonal entre dos filas de asientos.

La duración máxima de los trayectos es de 60 minutos.

Se debe acceder y salir del autobús por la puerta trasera.

Desinfección del vehículo tras su utilización.



**Recuerda llevar la documentación que justifique el desplazamiento a tu centro de trabajo.**

# Recomendaciones



MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A COVID-19  
REANUDACIÓN DE LA ACTIVIDAD LABORAL

## ENTRADA DEL CENTRO DE TRABAJO

### En la entrada de tu centro de trabajo debes vigilar tus síntomas.

Se elaborará un procedimiento de recogida de información para establecer una lista de trabajadores con patologías sanitarias previas susceptibles de elevar su nivel de riesgo ante el coronavirus. El Servicio de Prevención de la empresa valorará cada caso y emitirá un informe sobre las medidas a adoptar que servirá para que el servicio público de salud actúe en consecuencia en el caso de que existan alternativas para el puesto de trabajo.

### Medidas Preventivas en la entrada del centro de trabajo

#### Acceso al centro



Se accederá al centro y zonas comunes por turnos.

#### No contacto físico



No saludar teniendo contacto físico (dando la mano, abrazos, besos)

#### Lavado de manos



Antes de acceder al puesto de trabajo se deberá realizar el lavado de manos.

#### Colocación de EPIs



Antes de acceder al puesto de trabajo se deberá realizar la colocación de los EPIs (mascarilla y guantes facilitados por la empresa)

#### Evita tocar tu cara



Recuerda que aunque lleves Epi, debes evitar tocar tus ojos, nariz y boca.



Recuerda llevar la documentación que justifique el desplazamiento a tu centro de trabajo.



# Recomendaciones



MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A COVID-19  
REANUDACIÓN DE LA ACTIVIDAD LABORAL

## REUNIONES EN EL CENTRO DE TRABAJO

**Se evitarán las reuniones.  
Sólo se deberán realizar las estrictamente necesarias.**

### Distancia de Seguridad



Si las reuniones se celebran en un espacio abierto, se tiene que mantener la distancia de seguridad de 2 metros entre los asistentes.

### Medios Telemáticos



Se priorizará la realización de reuniones por videoconferencia a través de medios telemáticos.

### Acta de asistentes



En el caso de que se realice una reunión presencial se tiene que registrar qué personas asisten a la misma.

### Sala de Reuniones



En el caso de que se realice en una sala de reuniones se debe dejar una distancia de separación de 2 asientos entre los asistentes

### Uso de EPIs



Todos los asistentes a la reunión deben llevar mascarilla.

### Limpieza



La sala se debe desinfectar antes de que de comienzo la reunión y después de la misma.



**Recuerda realizar un lavado de manos frecuente.**

# NO OLVIDAR...



Formación y capacitación a los trabajadores.  
MANTENER ACTIVIDADES DE FORMACIÓN  
EN PUESTOS DE TRABAJO.



Equipo de Protección Personal. ADECUADO A  
LA ACTIVIDAD LABORAL.



Colaboración estrecha con las autoridades de  
salud.

LAVADO DE MANOS,  
CUBRIRSE AL ESTORNUDAR  
PUEDE SER LA DIFERENCIA  
ENTRE SALUD/ENFERMEDAD

GRACIAS POR LA ATENCIÓN

PREGUNTAS?