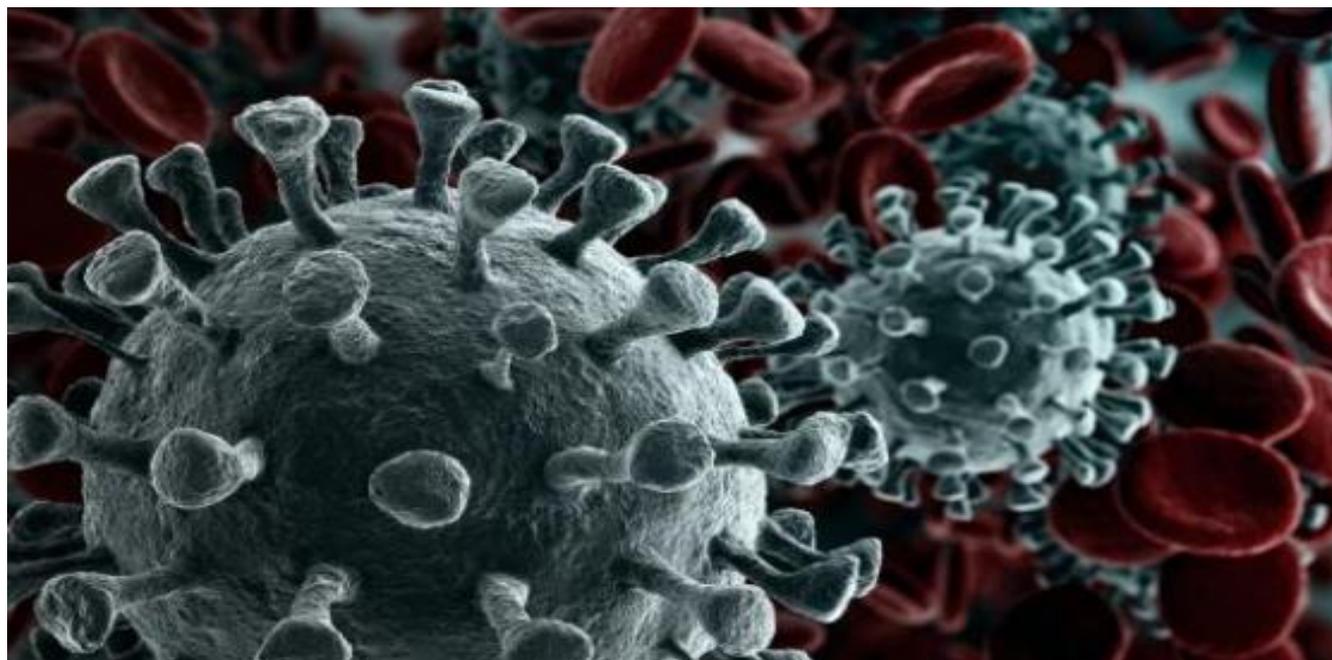


ARL

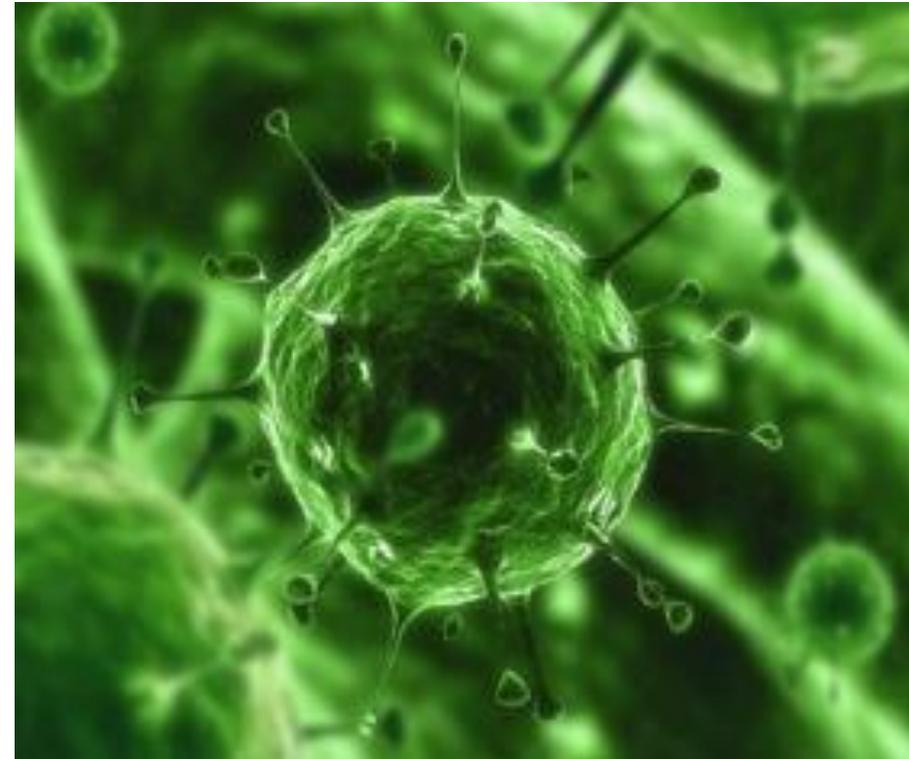


<https://hospital.vallhebron.com/es/enfermedades/coronavirus-sars-cov-2>

**Prevención COVID - 19 en el  
lugar de Trabajo**

## ¿Qué es un virus?

**Virus:** un virus es un agente microscópico, portador de una infección, que únicamente puede multiplicarse dentro de las células de otros y que es la causa de un sinnúmero de enfermedades.



<https://www.definicionabc.com/ciencia/virus.php>

## ¿Qué es una epidemia?

**Epidemia:** se da cuando una enfermedad se propaga activamente debido a que el brote se descontrola y se mantiene en el tiempo. De esta forma, aumenta el número de casos en una **área geográfica concreta**.



<https://gacetamedica.com/investigacion/cual-es-la-diferencia-entre-brote-epidemia-y-pandemia/>

[https://www.google.com/search?q=pandemia&rlz=1C1GCEA\\_enC0803CO803&sxsrf=ALeKk00xDmAAAdC7xF1eqMr34BJujM93eNw:1584129084603&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj8x\\_banJjoAhXyYt8KHRNXXAH8Q\\_AUoAXoECBMQAaw#imgrc=nLG59CSRbqduc](https://www.google.com/search?q=pandemia&rlz=1C1GCEA_enC0803CO803&sxsrf=ALeKk00xDmAAAdC7xF1eqMr34BJujM93eNw:1584129084603&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj8x_banJjoAhXyYt8KHRNXXAH8Q_AUoAXoECBMQAaw#imgrc=nLG59CSRbqduc)

## ¿Cuales son las fases de una epidemia?

**Fase preparatoria:** alistamiento para mitigar el impacto de la enfermedad antes de su ingreso al país.

**Fase de contención:** es cuando llega el virus al país y empiezan a reportarse los diferentes casos de contagio.

**Fase de mitigación:** cuando ya se ha superado el nivel de casos y solamente se debe hospitalizar los casos graves y el resto con medidas de protección en casa.

Fuente: INS. Abecé del coronavirus COVID-19

## ¿Qué es una pandemia?

**Pandemia:** Se llama pandemia a la propagación mundial de una nueva enfermedad.

[https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently\\_asked\\_questions/pandemic/es/](https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/)



[https://www.google.com/search?q=pandemia&rlz=1C1GCEA\\_enCO803CO803&sxsrf=ALeKk00xDmAAAdC7xF1eqMr34BjujM93eNw:1584129084603&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj8x\\_banJjoAhXyYt8KHRNXAH8Q\\_AUoAXoECBMQAaw#imgrc=nLG59CSRbqduc](https://www.google.com/search?q=pandemia&rlz=1C1GCEA_enCO803CO803&sxsrf=ALeKk00xDmAAAdC7xF1eqMr34BjujM93eNw:1584129084603&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj8x_banJjoAhXyYt8KHRNXAH8Q_AUoAXoECBMQAaw#imgrc=nLG59CSRbqduc)

## ¿Es lo mismo COVID 19 que SARS COV-2?

**SARS-CoV2:** es un nuevo coronavirus identificado como la causa de la enfermedad por coronavirus de 2019 (COVID-19) que comenzó en Wuhan, China, a fines de 2019 y se ha diseminado por todo el mundo.

**COVID-19:** es una enfermedad respiratoria aguda, a veces grave, causada por un nuevo coronavirus SARS-CoV2. (Sindrome agudo respiratorio severo corona virus)

Tomado de: <https://www.msdmanuals.com/es/professional/enfermedades-infecciosas/virus-respiratorios/coronavirus-y-s%C3%ADndromes-respiratorios-agudos-covid-19,-mers-y-sars>

## ¿Cómo Se Transmite Este Virus?

**De persona a Persona:** El virus se transmite de persona a persona cuando tiene contacto estrecho (a menos de un metro de distancia) con un enfermo; por ejemplo, al vivir bajo el mismo techo, compartir la misma sala en un hospital o cuidar a un enfermo sin la debida medida de protección, ya que se transmite a través de la saliva, el moco, y secreción de los ojos.

Otros modos de transmisión: gotas esparcidas por las personas afectadas, sobre superficies, equipos, elementos, utensilios contaminadas o cualquier objeto inanimado o inerte.

## ¿Qué sabemos sobre el SARS-coV2 ?

Período de incubación: las estimaciones actuales del período de incubación de tienen un rango entre: 1-12.5 días (mediana 5-6 días).

Tasa de Contagio: El SARS-CoV2 ha demostrado que puede transmitirse de una persona a otra con bastante facilidad. De momento, la OMS estima que la tasa de contagio ( $R_0$ ) del virus es de 1,4 a 2,5, aunque otras estimaciones hablan de un rango entre 2 y 3. Esto quiere decir que cada persona infectada puede a su vez infectar a entre 2 y 3 personas, Actualmente no hay tratamiento o vacuna disponible, solo manejo sintomático.

# CÓMO SE CONTAGIA EL CORONAVIRUS

**1** La persona infectada estornuda y lanza moléculas del virus



**2** Las moléculas se depositan sobre objetos

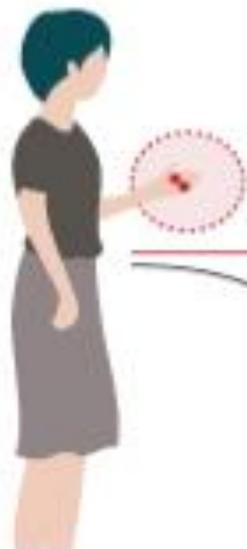


**3** Al tocar el objeto, el virus pasa a las manos del portador



**La persona no está infectada, aunque puede transmitir el virus**

**4** El portador tiene contacto con otras personas



**5** La nueva persona se convierte en nuevo portador



**6** Cuando un portador se toca los ojos, la boca o la nariz, entonces es cuando puede infectarse



**HAY QUE INTENTAR EVITAR TOCARSE LA CARA**

**El virus entra en el cuerpo**

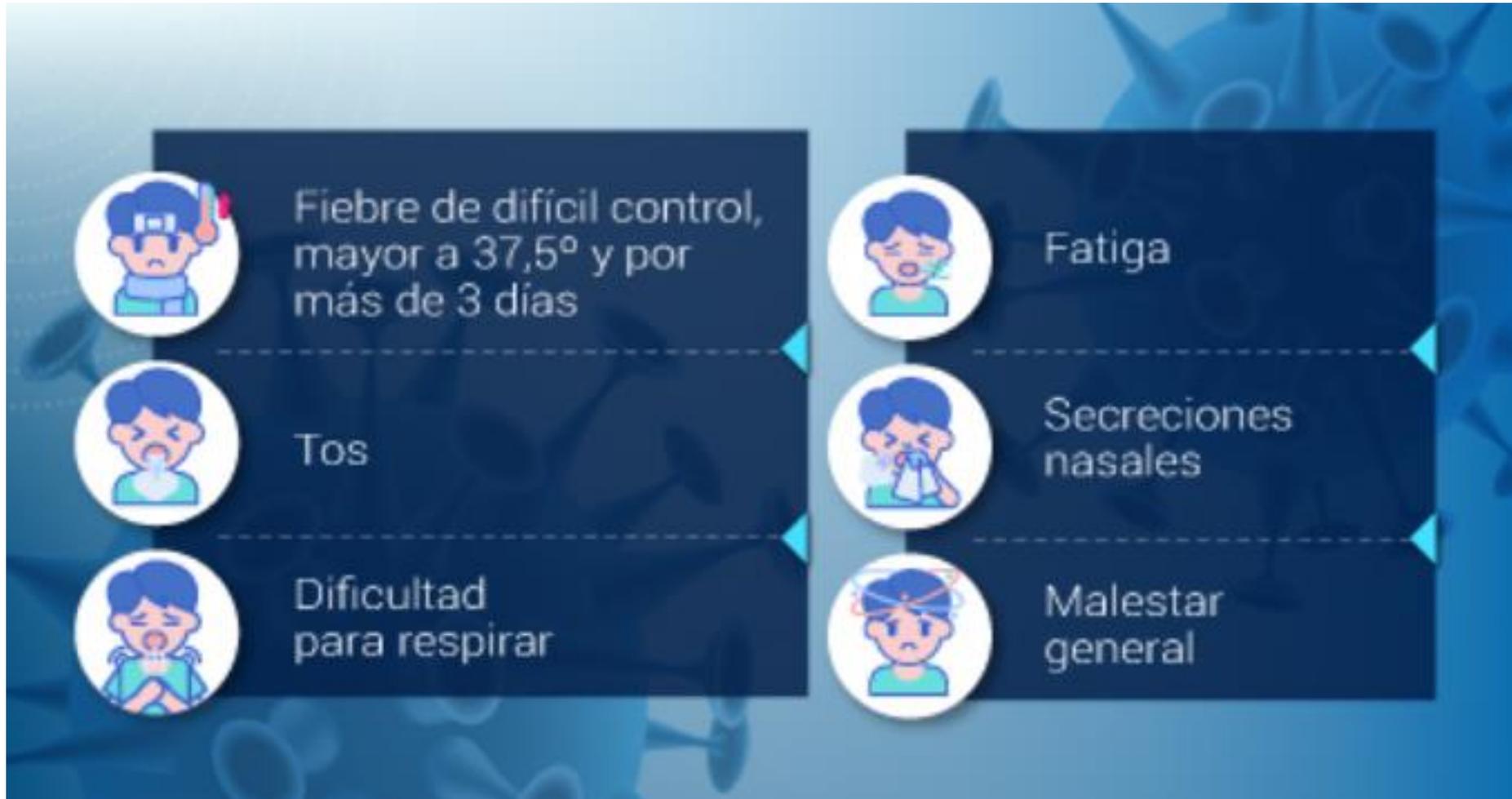


**Si el portador del virus se lava las manos la cadena de transmisión se interrumpe**

@elperiodico / @EPGraficos



## ¿Cuales son los Síntomas de la Enfermedad?



## ¿Aparte de los síntomas, que otro criterio se debe cumplir?

- Historial de viaje o que haya vivido en China o países y áreas con circulación viral confirmada del nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) en los 14 días anteriores al inicio de los síntomas, o
- Una ocupación como trabajador de la salud u otro personal que labora en un entorno que atiende a pacientes con IRAG con etiología desconocida, o
- Antecedentes de contacto estrecho en los últimos 14 días con un caso probable o confirmado de infección respiratoria aguda grave por el nuevo coronavirus.

## ¿Qué es un contacto estrecho?

Es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.



Fuente; Lineamientos para la detección y manejo de casos por los Prestadores de Servicios de Salud, frente a la introducción del SARS-CoV-2 (COVID-19) a Colombia.

25/03/2020

<https://radiomagdalena1420am.com/al-menos-310-peregrinos-muertos-en-la-meca-por-aglomeracion/>

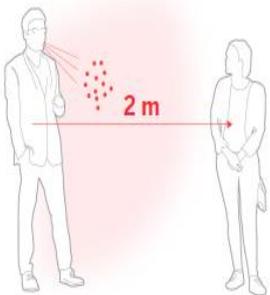
ARL

# CONTACTO ESTRECHO

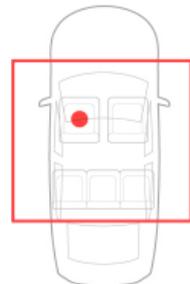
Los CDC definen contacto cercano como una distancia aproximada de 6 pies (aproximadamente 2 metros), de una persona infectada o dentro de la habitación o el área de atención de un paciente infectado durante un periodo prolongado sin usar EPP recomendado.

**\*\* CONTACTO ESTRECHO:** Es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.

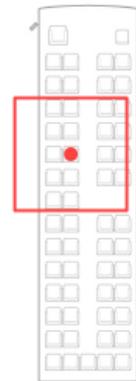
La distancia a la que puede transmitirse el virus de humano a humano es de unos dos metros.



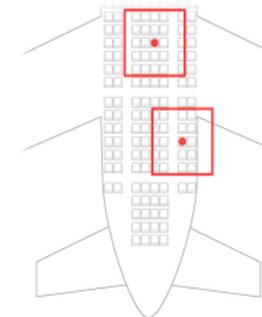
En un turismo, todos los ocupantes pueden verse expuestos al virus.



En un autobús de 55 plazas, se pueden ver expuestos entre 14 y 21 ocupantes.

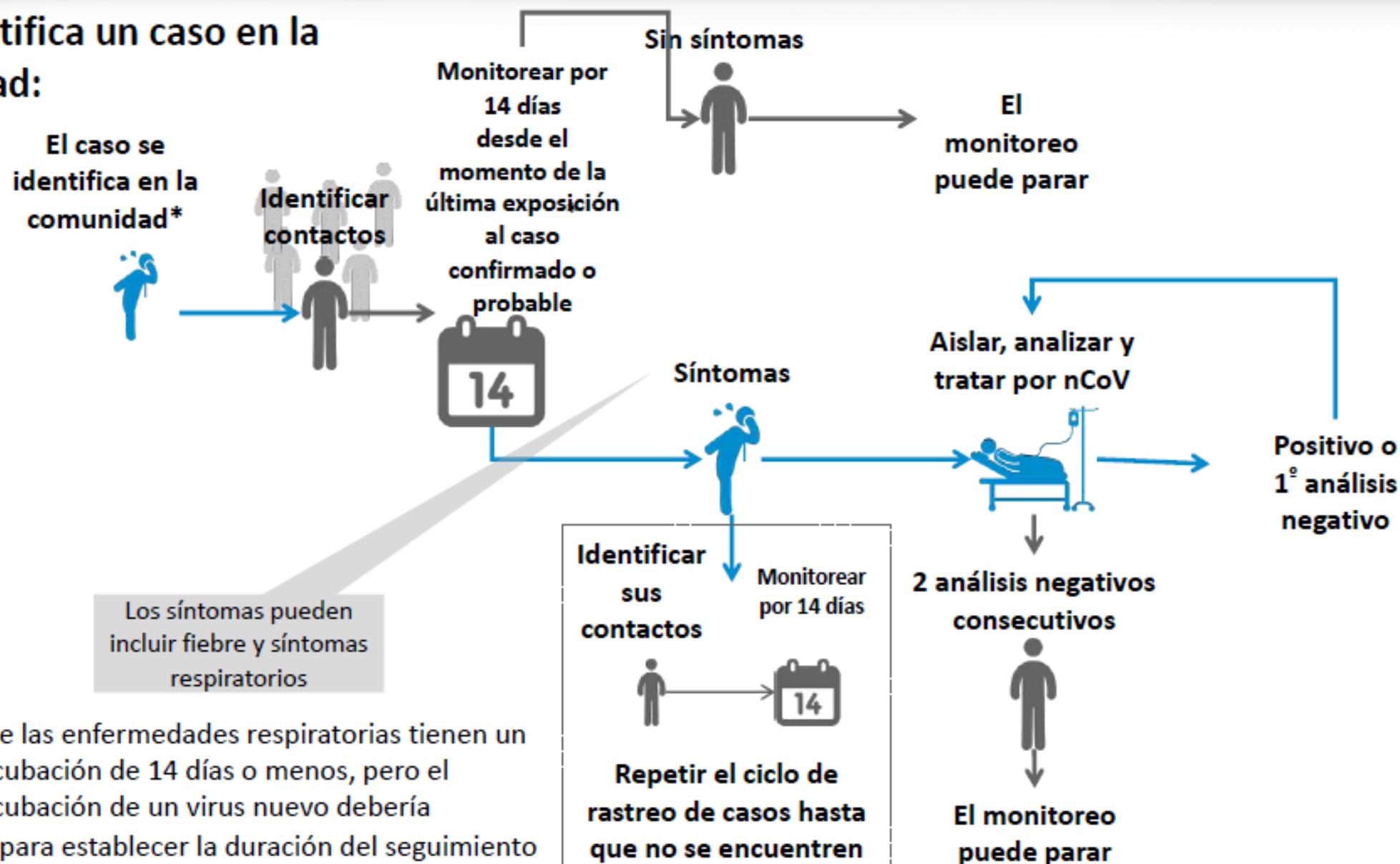


En la cabina de clase turista de un avión convencional, podrían verse expuestas entre 12 y 25 personas.



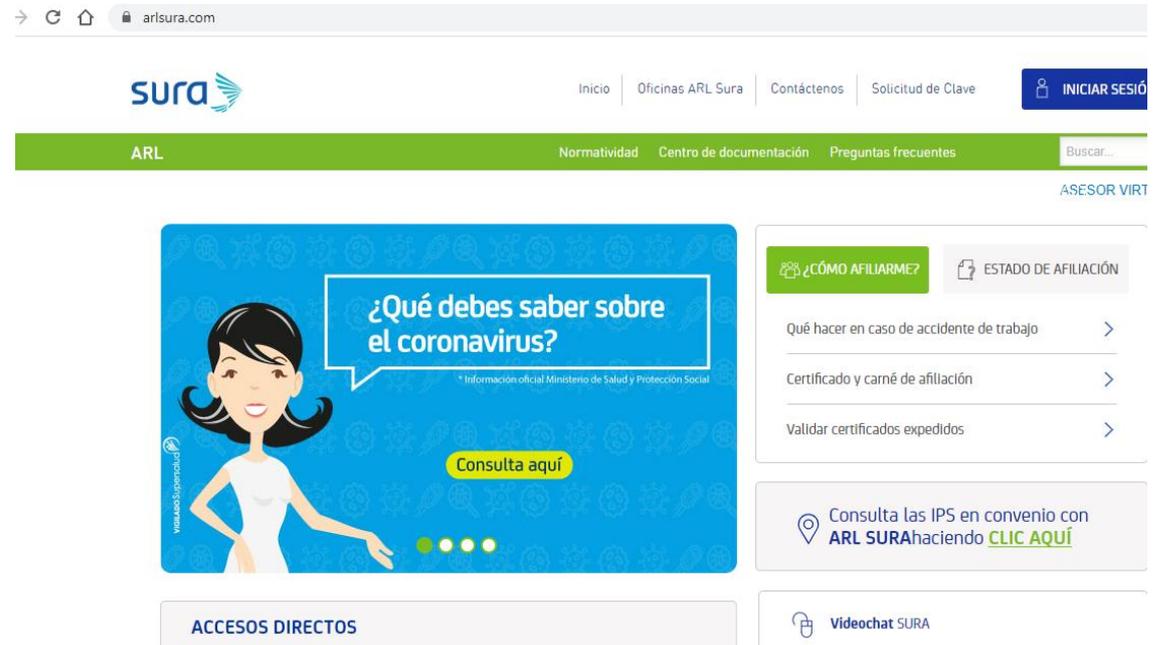
# ¿Cómo funciona el seguimiento de contactos para un virus respiratorio emergente?

Si se identifica un caso en la comunidad:



\*La mayoría de las enfermedades respiratorias tienen un período de incubación de 14 días o menos, pero el período de incubación de un virus nuevo debería determinarse para establecer la duración del seguimiento

# Acciones Conjuntas



## “CIRCULAR 017 de 2020 del Ministerio del Trabajo”

De manera general, se puede afirmar que existen tres grupos de trabajadores expuestos, considerando el riesgo de exposición:

- a) Con Riesgo de exposición directa: Aquellos cuya labor implica contacto directo con individuos clasificados como caso sospechoso o confirmado (principalmente trabajadores del sector salud).
- b) Con Riesgo de exposición indirecta: Aquellos cuyo trabajo implica contacto con individuos clasificados como caso sospechoso. En este caso, la exposición es incidental, es decir, la exposición al factor de riesgo biológico es ajena a las funciones propias del cargo. Se pueden considerar los trabajadores cuyas funciones impliquen contacto o atención de personas en transporte aéreo, marítimo o fluvial y personal de aseo y servicios generales.
- c) Con Riesgo de exposición intermedia: Se consideran en este grupo aquellos trabajadores que pudieron tener contacto o exposición a un caso sospechoso o confirmado en un ambiente laboral en el cual se puede generar transmisión de una persona a otra por su estrecha cercanía.

## Asegúrese de que sus lugares de trabajo estén limpios e higiénicos.

1. Prepare los utensilios, equipos de protección personal e implementos con los que va a realizar la limpieza de la superficie. Lea cuidadosamente las indicaciones de uso según impresas en la etiqueta, estas contienen instrucciones para el uso seguro y eficaz de los productos de limpieza, incluidas las precauciones que debería tomar cuando aplique el producto, como usar guantes y asegurarse de tener buena ventilación mientras lo esté usando.

Cualquier limpiador de uso doméstico puede destruir el coronavirus. El coronavirus por sus características, los desinfectantes disuelven la membrana grasa del virus y éste se deshace y se desprende de las superficies e inclusive de la piel, deshaciéndose e inactivándolo. Los antibacteriales, no son necesariamente los más efectivos

**Asegúrese de que sus lugares de trabajo estén limpios e higiénicos.**

2. Separe o elimine aquellos objetos que no son de su utilidad: Si no hacen parte de su área o puesto de trabajo, deséchelos o entréguelos a la sección o área que los pueda necesitar.
3. Aplique el limpiador usual a los espacios, superficies, equipos y otros elementos de trabajo: escritorios, mesas, sillas, barandas, pisos, teclados, teléfonos, celulares, mouse, diademas, equipos de radioteléfono u otros equipos de uso compartido y áreas de uso común manijas de puertas, llaves, grifos, inodoros, entre otros.
3. Seque las superficies en caso de quedar residuos del limpiador.

**Asegúrese de que sus lugares de trabajo estén limpios e higiénicos.**



## **RECOMENDACIONES PARA DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES**

### **PRIMERO CON JABÓN:**

Las superficies y objetos **PRIMERO** se deben lavar con un detergente convencional, puede ser un detergente líquido limpia pisos, por ejemplo, o algún producto que tenga amonio cuaternario, cloruro de benzalconio en su formulación.

### **Y LUEGO EL DESINFECTANTE:**

Además del componente químico, es fundamental revisar su concentración en la fórmula.

### **¿Cuáles funcionan y cuánto se usa?**

-ALCOHOL que compramos en la farmacia tiene una concentración de 70%, cuyo potencial de penetración es mayor que los más concentrados. Esto es porque los alcoholes tienen la propiedad de que el agua los ayuda a una mayor penetrabilidad, y es por eso que en las concentraciones indicadas tienen mayor efectividad contra el agente.

- HIPOCLORITO DE SODIO (BLANQUEADOR) es otro de los productos útiles contra el COVID-19, la aplicación es similar. Las que más se ven en el mercado tienen una concentración de 5 %. Utilícelo siguiendo las instrucciones de la etiqueta del producto.
- La aplicación de ALCOHOL o BLANQUEADOR se recomienda que sea por aspersion y se deje actuar durante 10 minutos y luego sí enjuagar.
- Tenga en cuenta que el blanqueador es corrosivo y puede decolorar las prendas

## Promover una buena higiene respiratoria en el lugar de trabajo.

- Exhibir carteles que promuevan la higiene respiratoria. Combina esto con comunicación de otras medidas como ofrecer orientación por el equipo de Seguridad y Salud en el Trabajo, información en reuniones e información en la intranet, etc.
- Asegúrese de que haya mascarillas y/o pañuelos de papel disponibles en sus lugares de trabajo, para aquellos que desarrollan secreción nasal o tos en el trabajo, junto con contenedores cerrados para descartarlos o eliminarlos higiénicamente (brindar orientación sobre como colocarse, usar y eliminar las mascarillas)
- Instruya y verifique el uso de cara interna del codo al toser o estornudar

Aislamiento preventivo: informar y promover en sus colaboradores la notificación oportuna de síntomas gripales como fiebre o tos, y la orientación a quedarse en casa realizando trabajo remoto.

Distanciamiento Social: Verifique en sus áreas la posibilidad de realizar ajustes en la distribución de los puestos de trabajo ocupados para que puedan mantener una distancia mínima de un metro entre uno y otro.

Recordar a los empleados y contratistas las restricciones de viaje y desplazamientos entre poblaciones

# ¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19 ó tuve contacto con un sospechoso de COVID-19?



## PRECAUCIONES INICIALES

Utilice mascarilla.  
Higiene de manos.  
Evitar contactos a menos de 1 metro de distancia.  
Aislamiento interpersonal



## NOTIFICAR

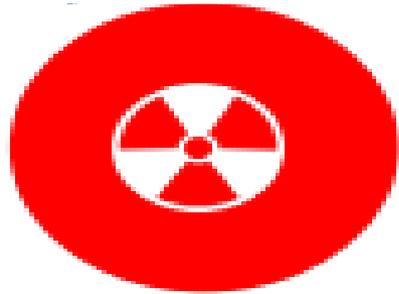
Informar al responsable de SST.  
Comunicarse con su punto de atención de EPS o líneas de atención para COVID-19



## ATENCIÓN MÉDICA

Siga las indicaciones de su EPS o de la Dirección Territorial de Salud.

# ¿Qué debe hacer la empresa si identifica un trabajador con síntomas de COVID-19?



## AISLAMIENTO

Designar área para aislar al trabajador sintomático.



## NOTIFICAR

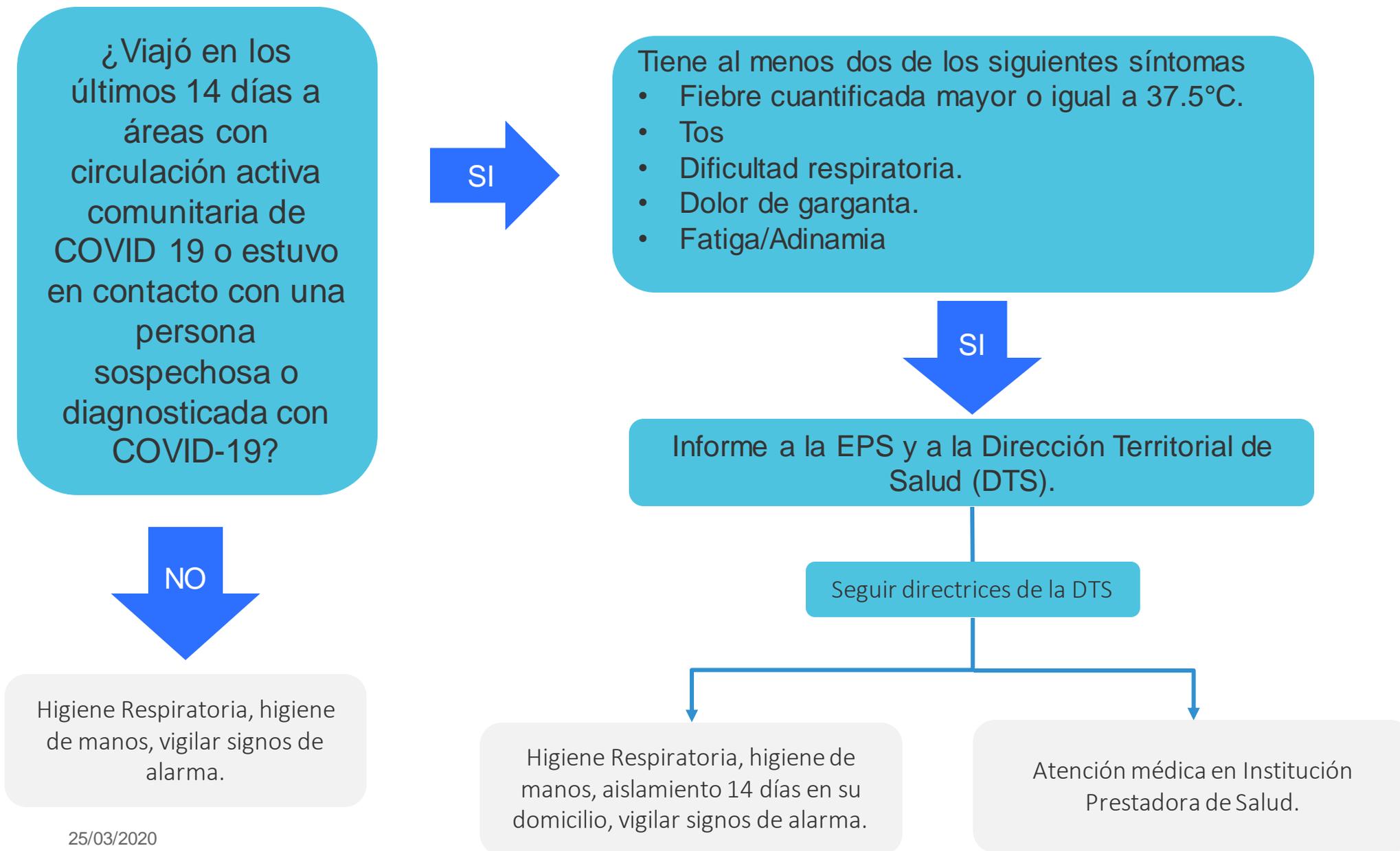
Informe a la Dirección Territorial de Salud.



## CONTACTOS

Identifique los trabajadores que tuvieron contacto estrecho.

# Flujograma para la detección de casos en el ambiente laboral



# Medidas Preventivas: Higiene de Manos



## ¿Cómo lavar tus manos?



Lávate las palmas



Limpia el otro lado



Lava entre los dedos



Frota tus dedos doblados



Limpia la punta de los dedos



Lava el dedo pulgar



Toma del dispensador suficiente jabón para cubrir las manos.



Preferiblemente utiliza la toalla desechable para evitar contaminarte.



Utiliza el alcohol glicerinado para disminuir la contaminación de tus manos.

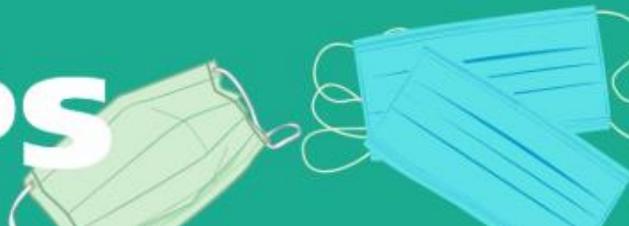
## Medidas preventivas: Higiene Respiratoria



## Medidas Preventivas: Uso de Mascarilla

### CUÁNDO SE DEBE USAR UNA MASCARILLA

- No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas
- Use una mascarilla si está tosiendo o estornudando
- Las personas sanas pueden usar una mascarilla solo si están cuidando a una persona con sospecha de infección por 2019-nCoV
- Las mascarillas son efectivas solo cuando se usan en combinación con la higiene frecuente de manos
- Si usa una mascarilla, aprenda cómo usarla, quitársela y desecharla adecuadamente



### CÓMO COLOCARSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR UNA MASCARILLA

Antes de colocarse una mascarilla, realice la higiene de manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o agua y jabón.



**Medidas Preventivas:  
Uso de Mascarilla**

CÓMO COLOCARSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR UNA MASCARILLA

**Cúbrase la boca y la nariz  
con la mascarilla y  
asegúrese de que no haya  
espacios entre su cara y la  
mascarilla.**



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas



**OPS**

CÓMO COLOCARSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR UNA MASCARILLA

**Evite tocar la mascarilla  
mientras la usa;  
si lo hace, realice la higiene de  
manos con un desinfectante  
para manos  
a base de alcohol o  
con agua y jabón.**



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas



**OPS**

**Medidas Preventivas:  
Uso de Mascarilla**

**CÓMO COLOCARSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR UNA MASCARILLA**

**Reemplace la mascarilla con una nueva tan pronto como esté húmeda y no reutilice las mascarillas de un solo uso.**



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas



**OPS**

**CÓMO COLOCARSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR UNA MASCARILLA**

**Para quitarse la mascarilla: quítela por detrás (no toque el frente de la mascarilla); deseche inmediatamente en un contenedor cerrado; realice la higiene de las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.**



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas



**OPS**

## Para recordar

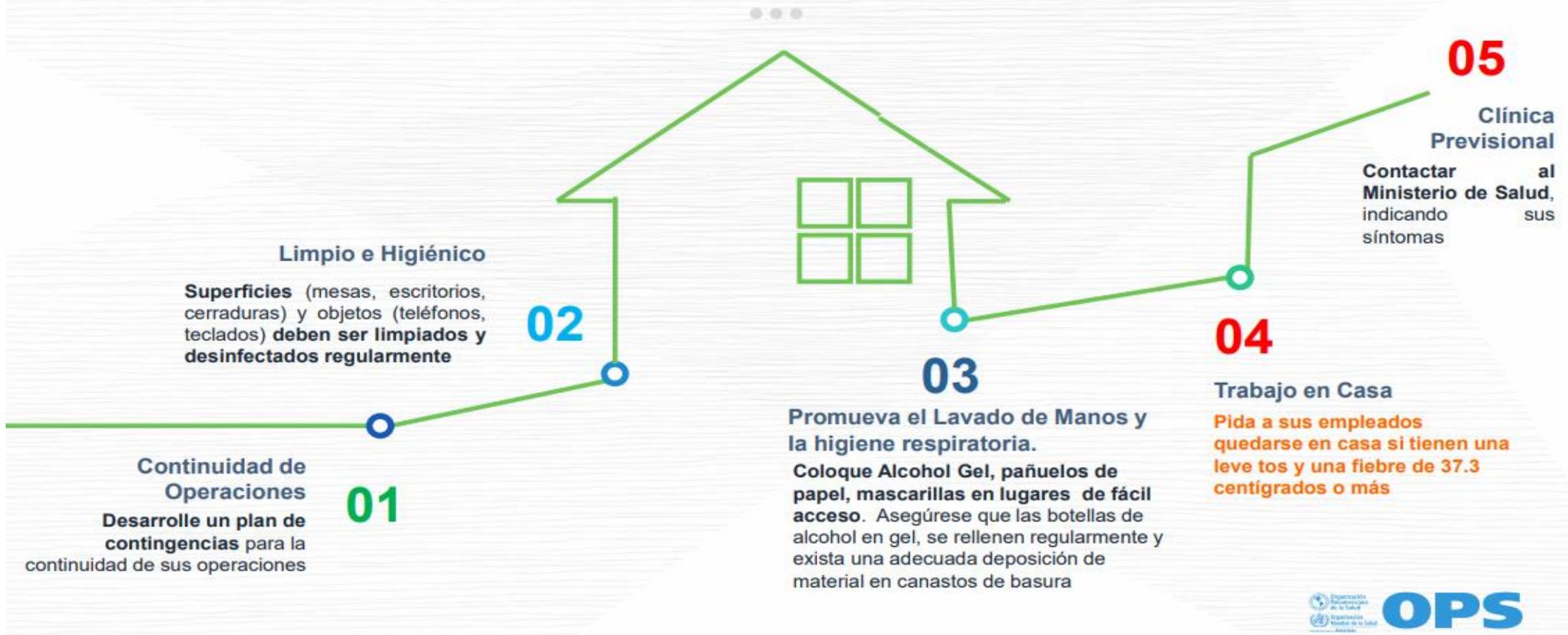
La principal forma de prevenirlo es evitar el contacto con personas que han sido diagnosticadas con el virus. Así mismo, es importante seguir las siguientes recomendaciones:

- Mantener las superficies y objetos de trabajo limpias e higiénicas.
- Evite asistir a sitios de alta afluencia de personas si tiene tos, fiebre, secreción nasal y otros síntomas como dolor de garganta, dolor de cabeza o dolores musculares.
- Consulte a su médico si presenta alguno de los síntomas de la enfermedad y ha viajado o estado en contacto con personas provenientes de los países con circulación del virus.

# Medidas preventivas en el Sitio de Trabajo

OPS/OMS

## Organice su empresa, para la llegada del COVID-19



**Información reporte COVID - 19**

Líneas habilitadas para reporte en la  
localidad

Líneas telefónicas centrales de citas  
EPSs

Líneas telefónicas ARLs

LEGISLACIÓN	EXPEDIDA POR	ALCANCE
CIRCULAR 005 febrero 11 2020	Miisterio de Salud	Directrices para la detección temprana, el control y la atención ante la posible introducción del nuevo coronavirus (2019-nCoV ) y la implementación de los planes de preparación y respuesta ante este riesgo.
CIRCULAR 0017 febrero 24 2020	Ministerio de Trabajo	Lineamientos mínimos a implementar para promoción y prevención, para la preparación, respuesta y atención de casos de enfermedad por Covid-19 ante denominado coronavirus
CIRCULAR 0018 marzo 10 2020	Ministerio de Salud y Ministerio de Trabajo	Acción de contención ante el Covid-19 y la prevención de enfermedades asociadas ante el pico epidemiológico de enfermedades respiratorias
RESOLUCIÓN 380 marzo 10 2020	Ministerio de Salud	Medidas preventivas sanitarias en el país
RESOLUCIÓN 385 marzo 12 2020	Ministerio de Salud	Emergencia sanitaria por causa del coronavirus
.Circular 202060000076 marzo 16 de 2020 Alcaldia a de Medellín. A	Alcaldia de Medellín	Alerta amarilla diaria hospitalaria (Medidas de bioseguridad, restricciones para desplazarse con los uniformes por fuera de los hospitales
.Circular 21 de marzo 17 de 2020	Ministerio de Trabajo	vacaciones adelantadas, Trabajo en casa, teletrabajo
Decreto 418 marzo 18 2020	Presidencia de la Republica	Medidas transitorias para expedir normas en materia de orden público

— Muchas —  
**GRACIAS**

*“Todos los derechos reservados. El presente documento, su diseño y contenido técnico, es para uso exclusivo de los usuarios/clientes de Suramericana S.A., razón por la cual se encuentra prohibido cualquier uso diferente, así como su comercialización, reproducción y transmisión sin el permiso previo y escrito de la misma. © Propiedad Intelectual de Suramericana S.A., 13 de marzo 2020.”*