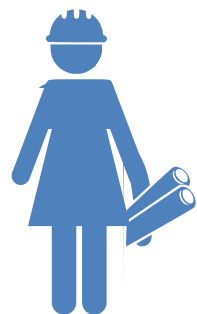
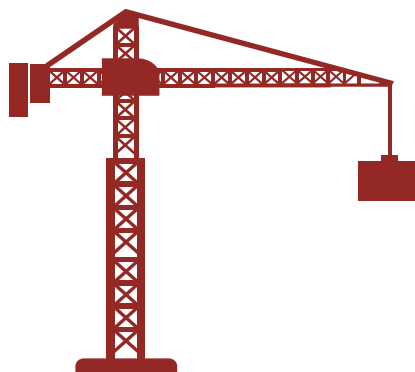
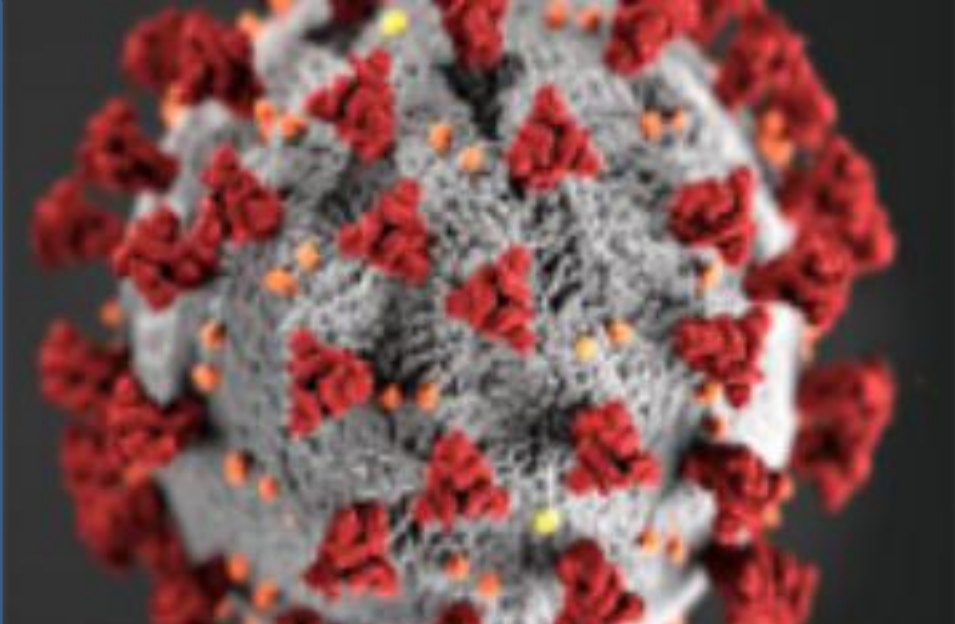


# RECOMENDACIONES RELACIONADAS CON EL VIRUS SARS-COV-2 PARA LA VUELTA AL TRABAJO

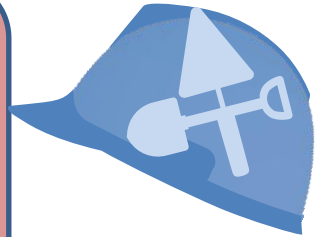
## Construcción



**Comunidad  
de Madrid**

ACTUALIZADO  
04/05/2020 V.2

En esta guía se recogen directrices y recomendaciones para facilitar a las empresas el cumplimiento de las condiciones de seguridad y salud en sus centros de trabajo, ante el riesgo de contagio por el SARS CoV 2.



Las recomendaciones de los servicios de prevención deben adaptarse para cooperar con las autoridades sanitarias, con el objetivo de limitar los contagios por el SARS-CoV-2.

Cualquier medida debe garantizar la protección adecuada de las personas trabajadora, en cumplimiento de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

En función del conocimiento científico y técnico disponible en cada momento sobre el SARS CoV 2 será necesario realizar revisiones de las medidas propuestas.

# • GESTIÓN / ORGANIZACIÓN DE LA OBRA



Se deberá realizar un protocolo de actuación ante el riesgo de infección por COVID-19. En el mismo se contemplará la implantación de las medidas indicadas por el Ministerio de Sanidad.



La responsabilidad de establecer las medidas y comprobar su eficacia, corresponde, de forma exclusiva, a las empresas, sean contratistas o subcontratistas.



Determinar la existencia de trabajadores especialmente sensibles al COVID 19, comunicándolo al Servicio de Prevención.



El CSS seguirá desarrollando su actividad en aplicación del art. 9 del RD 1627/97, como siempre, con respecto los riesgos y medidas preventivas en materia de prevención de riesgos laborales.



Evitar cualquier reunión que suponga el contacto con varias personas.

Utilizar la tecnología para ello: videoconferencia, teléfono, email, WhatsApp, etc.



Se deberá señalar un aforo máximo en las instalaciones de comedor, vestuario y aseos, según su dimensión.



En los baños: retirar toallas de tela, disponer de jabón, papel y cubo con bolsa y pedal.



Asegurar la disponibilidad de los equipos de protección individual necesarios en cada caso.

# DESPLAZAMIENTOS IN-ITINERE/IN MISION



## Antes de salir al trabajo

Si antes de acudir al trabajo se tiene fiebre debes avisar a tu responsable y comunicar con atención sanitaria para que valoren tu situación.



Comunidad Madrid 900 102 112  
Castilla y León 900 222 000  
Castilla-La Mancha 900 122 112 / 900 23 23 23  
En caso de emergencia, llama al 112

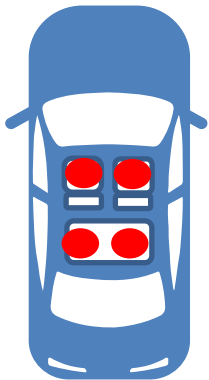
## En los desplazamientos

Evitar las aglomeraciones.

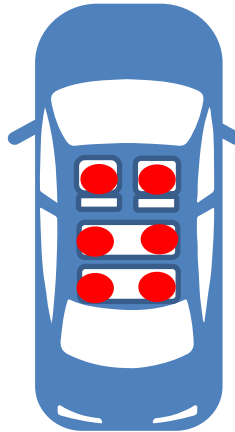
Si para desplazarte usas los trasportes públicos, metro, autobuses, etc debido al riesgo elevado que conlleva por la aglomeración de personas, es OBLIGATORIO el uso de mascarilla. Mantén distancia de 2 metros entre las personas



Si utilizas vehículo, lo mejor es hacerlo de forma individual, pero recuerda si tienes que compartirlo:



Dos personas por fila de asientos. En este caso es OBLIGATORIO el uso de mascarilla. Tras la utilización desinfecta el vehículo



Mantén distancia de 2 metros entre personas.

Si el transporte es colectivo utiliza mascarillas  
Si el transporte es compartido utiliza mascarillas



# DURANTE LA EJECUCIÓN DE TRABAJOS

## Entrada a la obra

No permanecer en la vía pública salvo el tiempo necesario para acceder a la obra.

**Mantener la distancia de seguridad (2 m.) en el acceso a la obra.**

Acceder a la obra, en la medida de lo posible, con la ropa de trabajo adecuada a los trabajos a realizar. Si hay que hacer uso de las instalaciones de bienestar respetar el aforo máximo.

**Lavar las manos siempre que se salga o entre a la obra,** utilizar para ello los puntos de lavado de manos.



## En la ejecución

**Organizar el trabajo para reducir el número de trabajadores** expuestos estableciendo reglas para evitar o reducir la frecuencia de contacto de persona a persona.

**Mantener distancia de seguridad de 2 m. entre trabajadores.**

Cuando por el tipo de trabajo se pueda mantener la distancia de seguridad: Comunicar dicha circunstancia al responsable directo con el fin de reorganizar los trabajos o, si no es posible, posponerlos.

**Evitar reuniones** o actividades grupales, si son imprescindibles, mantenerlas siempre al aire libre y respetando la distancia social.

**No compartir las herramientas,** ni equipos de trabajo, cuando haya que compartirlos desinfectar previamente.



Cuando por la naturaleza del trabajo no se pueda mantener la distancia de seguridad: Se facilitarán equipos de protección individual como mascarillas.



## En los descansos e instalaciones

### Descansos

**No abandonar el recinto** de obra. **No agruparse** formando corrillos. Mantener la limpieza e higiene de la obra. Mantener distancia social (2m.)

### En las instalaciones

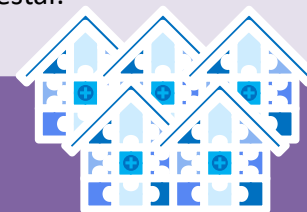
**Respetar el aforo de las instalaciones.**

No compartir, cubiertos, vasos, botellas o bebidas.

**Lavarse las manos antes y después de su utilización.**

Si no hay ventilación natural suficiente dejar las puertas abiertas.

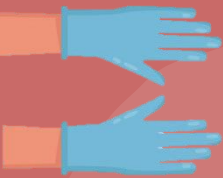
**Mantener la limpieza** de las instalaciones de higiene y bienestar.



# EPI's

# COVID-19

Utilice los EPI que se indiquen en la evaluación de riesgos:



## Guantes

- ✓ Para la protección de manos, se insta al uso de guantes (EN 374-5) que en caso de no estar disponibles pueden ser sustituidos por Guante PS (EN 455) y uso de guante doble.

## Pantallas

- ✓ También se pueden considerar el uso de pantallas faciales sobre todo en aquellas personas que utilizan gafas.

## Mascarillas

- ✓ Es posible usar para cubrir la boca las mascarillas quirúrgicas (EN 14683), siempre y cuando se garanticen las medidas de distanciamiento de 2 metros, si la evaluación de riesgos del puesto de trabajo, considerando las características del lugar de trabajo, indica que el personal esté en condiciones de exposición de bajo riesgo al contagio.
- ✓ Cabe destacar que si el personal está más expuesto, porque no se puede garantizar el distanciamiento por la actividad a desarrollar o por el entorno, entonces para la debida protección del personal debería utilizarse equipos de protección individual respiratoria mediante mascarilla FFP2 y FFP3 (EN 149).



Facilita su reposición

Vigila el tiempo de uso continuado

No más de 4 horas seguidas

De instrucciones de cómo deben usarse

Es preferible tomar las medidas de protección anteriores, como mamparas y distancia, los EPI son un complemento.

# AL FINALIZAR LA JORNADA



Extremar limpieza y desinfección de instalaciones de higiene y bienestar (en superficies utilizar lejía dilución 1:50 y en objetos no porosos reutilizables alcohol al 70%).



Desinfectar herramientas, equipos de trabajo y EPI's mediante una dilución de lejía 1:50 o con alcohol al 70%.



Depositar los EPI (guantes, mascarillas, que hayas utilizado en el desarrollo de tu trabajo y vayas a desechar), en bolsa de basura y ésta en otra mayor.



En la medida de lo posible estas bolsas permanecerán en cuarentena (24 horas) antes de depositarlas en los contenedores de residuos.



Nombrar a un responsable para recoger las bolsas con desechos contaminados, que actuará con mascarilla y guantes.



La ropa de trabajo, debe quitarse sin sacudir, y guardarse en una bolsa, hasta lavar a alta temperatura separada del resto de la ropa del domicilio.



Ventilar las instalaciones de higiene y bienestar al menos de 5-10 minutos al comienzo y final de la jornada.





# Adapta a tus propias circunstancias Haz tu propio Plan de Actuación

Instituto Regional de Seguridad  
y Salud en el Trabajo  
C/ Ventura Rodríguez, 7  
28008 Madrid

[IRSST@MADRID.ORG](mailto:IRSST@MADRID.ORG)

[www.comunidad.madrid](http://www.comunidad.madrid)



Instituto Regional de Seguridad  
y Salud en el Trabajo  
CONSEJERÍA DE ECONOMÍA,  
EMPLEO Y COMPETITIVIDAD