

Prevención de COVID-19 en la Actividad Laboral

Industria Manufacturera

Electrónica, cartón, block, textil, calzado, plásticos, madera y otros

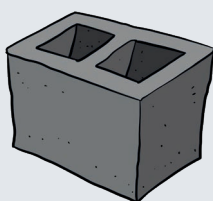
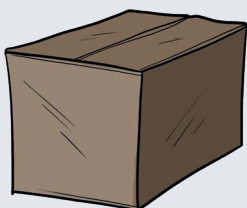
¿Qué es un contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio laboral con una persona confirmada o sospechosa de COVID-19, bajo las siguientes condiciones:

- Por un periodo de 10 minutos o más a una distancia menor a 1.5 metros y sin haber usado el equipo de protección personal adecuado (sin cubrebocas, careta o lentes protectores)
- Haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas o aerosoles de un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por el trabajador infectado
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

Riesgos específicos de la actividad

- En la atención a proveedores y clientes que pueden no tener capacitación para la prevención del COVID-19
- En la recepción o entrega de material o productos en los que se requiere interacción cercana
- Manejo compartido de equipo, maquinaria y herramienta, que puede actuar como fómite para la transmisión
- La manipulación de una de una misma pieza o material por diferentes trabajadores
- Áreas comunes que generan, sin las políticas adecuadas, un espacio para la diseminación
- Puede requerir trabajo o entrenamiento con colaboración a corta distancia



Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por los menos 1.5 metros de los demás
- Lava tus manos con agua y jabón o usa gel con base de alcohol al 70%, al comienzo del turno; antes de comer o beber; después de tocar artículos como dinero, cajas, portapapeles, bolígrafos y papeles; después de usar el baño y al final del turno
- No te toques la cara, en especial ojos y boca
- Al estornudar o toser, cúbrete la nariz y boca con el ángulo interno del brazo, aun si usas cubrebocas
- No compartas objetos de uso común o personal: teléfonos, audífonos, pluma, equipo de protección personal (EPP), etc.; y limpia con agua y jabón o desinfecta con alcohol
- Tómate la temperatura diariamente, si es 37.5°C o más repórtala a tu jefe y llena el permiso COVID-19
- Usa siempre el equipo de protección personal (EPP) que te proporciona el patrón
- Si usas uniforme, al término de la jornada, retira la ropa y llévala a casa en una bolsa
- Si viajas en transporte público, desinfecta las manos antes de abordar, usa cubrebocas, evita tocar tu cara, así como superficies del vehículo, procura mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros y al salir desinfecta de nuevo las manos



El propósito de estas recomendaciones es que ningún trabajador reúna las condiciones para ser un contacto en el trabajo.

Preparación

Prepare la lista de lo que es absolutamente necesario

- **Soluciones** desinfectantes, cloro comercial (100 ml diluido en 900 ml de agua) o gel con base de alcohol al 70%, para destruir o inactivar el virus, toallas sanitizantes, agua, jabón, toallas de papel desechable
- **Equipo** de Protección Personal (EPP)
 - Acorde con las actividades del trabajador
 - **Todo el personal debe usar cubrebocas**
 - Uso de protección ocular para el personal que tenga contacto con clientes
 - Guantes de uso doméstico para la limpieza
 - Que el uniforme o ropa que se use en el trabajo se cambie diariamente
 - Solicita a proveedores, clientes o visitas que usen cubrebocas
- **Señalización**
 - En el piso con la separación que debe tener cada trabajador en las diversas áreas: de carga y descarga, nave de producción, bodegas, baños, mesas de trabajo, recepción, área de entrega de material, etc.
 - Para lavar o desinfectar las manos antes y después de utilizar objetos o materiales de uso común
 - Para abrir las puertas evitando tocar manijas y superficies
 - Para preservar la sana distancia
- **Disponibilidad** de consumibles para higiene de manos de trabajadores y visitantes en: recepción, área de carga y descarga, baños, área de limpieza, etc.
- **Instala** abridores de pie y brazo en las puertas de acceso frecuente
- **Cuenta** con un directorio con teléfonos para orientación médica sobre COVID-19

Organice la jornada de trabajo (eficiente)

- **Defina** la acción a seguir en caso de que el trabajador presente síntomas relacionados con COVID-19 o si reportan contacto con una persona sospechosa o confirmada
- **Programa** capacitación continua para todo el personal sobre las medidas de prevención para el COVID-19
- **Establece** horarios de trabajo escalonado o flexible, distribuye tareas a modo de reducir el flujo y movimiento de trabajadores y proveedores para limitar el contacto físico y riesgo de contaminación
- **Si** el proceso lo permite, deja las puertas abiertas en el interior del centro de trabajo para limitar el contacto de manos con manijas
- **Evita** el uso de biométricos, y si no es factible, límpialos y desinféctalos frecuentemente
- **Mantén** independientes los accesos de entrada y salida
- **Organiza** sentidos de circulación tanto de personal como de clientes para evitar el contacto
- **Establece** programas de limpieza y desinfección. Enfócate en las superficies y objetos que se tocan frecuentemente como: equipos, bandas de producción, herramientas, panel de control, vehículos, cabinas, dispositivos y útiles de uso frecuente (plumas, teclados, ratón, pantalla)
- **Instala** lavamanos en áreas comunes para promover la higiene antes y después de tocar máquinas y objetos de uso común
- **En** mesas de trabajo grandes instala divisiones para crear espacios individuales



Durante la actividad laboral

Para el patrón

- Proporciona gel con base de alcohol al 70%, al ingreso a todo el personal, pregunta si tienen síntomas respiratorios y toma su temperatura; si presentan 37.5°C o más, envíalos a un área para su aislamiento temporal, llena el permiso COVID-19 y procede de acuerdo con el resultado
- Distribuye kits de limpieza que contengan al menos: gel con base de alcohol al 70%, paños y cubrebocas
- Favorece la ventilación natural de la nave con la apertura de ventanales y puertas durante la jornada de trabajo

Para los trabajadores

- Mantén la sana distancia
- No uses alhajas en las manos
- Disminuye el empleo del celular y audífonos durante la jornada de trabajo
- Limpia las áreas u objetos de uso común después de haberlas utilizado como: maquinaria, herramientas, bandas de producción, panel de control, cabina del vehículo, etc.
- En las líneas de ensamble, evita intercambiar herramientas y material de trabajo con otros compañeros

En las áreas administrativas

- Limpia o desinfecta las manos
- Respeta la sana distancia
- Limpia de forma constante las superficies que frecuentemente se tocan como: pantallas táctiles, terminales electrónicas y equipos de oficina o útiles de uso frecuente

Comedor

- Lávate las manos siempre antes de comer
- No compartas alimentos, bebidas, ni utensilios
- Si tienes hipertensión, sobrepeso, obesidad o diabetes, sigue los planes de alimentación recomendados
- Si la empresa en la que trabajas tiene comedor
 - Sigue las recomendaciones y mantén mínimo 1.5 metros de distancia de los demás
- Si la empresa no tiene comedor:
 - Lleva tus alimentos preparados desde casa o cómpralos en lugares que sigan las recomendaciones higiénicas
 - Mantén la distancia o busca un lugar aislado para comer
 - Prefiere un lugar al aire libre, mientras no sea la calle



Durante la actividad laboral

Plásticos

- Genera grupos de trabajadores que se turnen para evitar sobreesfuerzos que propicien el aumento de los aerosoles al respirar
- En cada máquina asigna un solo operario, evitando rotación
- En el caso que se utilice equipo de protección personal adicional por la imposibilidad de mantener sana distancia, asigna descansos extras, que impidan la exposición a altas temperaturas por tiempo prolongado
- Flexibiliza el trabajo en la línea de producción final, generando grupos que participen únicamente en la inyección y otros en el proceso de extrusión
- Mantén la sana distancia con otros operarios



Calzado

- Inhabilita máquinas de coser para respetar la sana distancia. Si no es posible, implementa equipo de protección personal
- Asigna grupos para el uso de los equipos en las diferentes áreas operativas como troqueladoras, suajadoras, máquinas de coser, cardas, equipo de pintura, bandas transportadoras, máquinas de inyección, plataformas de traslado, etc.
- Verifica que los trabajadores ocupen las marcas para garantizar la distancia mínima de 1.5 metros, sobre todo en procesos como corte de cuero, montura de suelas, cosido de suelas, donde pueden existir varios trabajadores
- Evita que las herramientas de cada uno de los procesos sean compartidas, como los contenedores de adhesivo para la suela



Blocks

- Promueve turnos para el ensamblaje, si existen diversas líneas de producción. Evita la aglomeración del área
- Maximiza la ventilación con la apertura de ventanales o puertas durante el día
- El personal encargado de verificar el conteo de blocks debe evitar el contacto cercano con clientes y proveedores



Supervisión

- Que los trabajadores, visitantes, clientes y proveedores conozcan y respeten las instrucciones
- Que no se compartan los dispositivos de comunicación, equipo de protección personal (EPP), audífonos, materiales, objetos o herramientas de trabajo
- Que se respete la sana distancia
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene
- La limpieza de las herramientas, maquinaria, panel de control, bandas, manillas de puertas, etc.
- Que las áreas estén ventiladas y que, en caso de contar con sistemas de ventilación, tengan el mantenimiento adecuado
- Considera la retroalimentación de trabajadores, clientes, proveedores y visitantes para implementar mejoras



Atención: ¡Un riesgo puede ocultar otro! Asegúrate de que la atención prestada al riesgo de infección no oculta o reduce la atención prestada a los riesgos específicos de los lugares de trabajo (riesgo de animales, máquinas, caídas de altura, manipulaciones, utilización de los EPP, etc.).

**¡Si te cuidas tú
nos cuidamos todos!**



Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales • Coordinación de Salud en el Trabajo • Coordinación de Bienestar Social



GOBIERNO DE
MÉXICO

