

PLAN

**VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y
CONTROL DEL COVID – 19 EN
LAS LABORES DESEMPEÑADAS
EN LA EMPRESA “INTI
EXPEDICIONES PERU S.R.L”
EN EL
MARCO DEL DS 080-2020-PCM Y
LA RM 265-2020-MINSA Y RM
283-2020-MINSA .**



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

“PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO”

I. Datos de la entidad

- Razón social: INTI EXPEDICIONES PERU
- RUC: 20603966571
- Dirección: CALLE 30 DE AGOSTO A-9
- Región: Cusco Provincia: Cusco Distrito: San Sebastian

II. Datos de lugar de trabajo: A nivel nacional.

III. Datos del servicio de seguridad y salud de los trabajadores: NO APLICA, por contar con un número menor a 20 trabajadores.

IV. Introducción

El COVID-19 es un nuevo tipo de coronavirus que afecta a los humanos, reportado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. La epidemia de COVID19 se extendió rápidamente, siendo declarada una pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo del 2020. Para el día 6 de marzo del 2020 se reportó el primer caso de infección por coronavirus en el Perú. Ante este panorama, se tomaron medidas como la vigilancia epidemiológica que abarca desde la búsqueda de casos sospechosos por contacto, hasta el aislamiento domiciliario de los casos confirmados y procedimientos de laboratorio (serológicos y moleculares) para el diagnóstico de casos COVID-19, manejo clínico de casos positivos y su comunicación para investigación epidemiológica y medidas básicas de prevención y control del contagio en centros hospitalarios y no hospitalarios.

En este marco, el Gobierno ha establecido lineamientos para la vigilancia de salud de los trabajadores, de las diferentes actividades económicas, estableciéndose criterios generales para la gestión de la seguridad y salud de los trabajadores que realizan labores durante el periodo de emergencia y sanitaria y posterior al mismo.

INTI EXPEDICIONES PERU, siguiendo las pautas establecidas en la RM N° 265-2020-MINSA y RM N° 283-2020-MINSA, ha elaborado su “PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID19 EN EL TRABAJO”.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

V. Finalidad

Preservar la salud e integridad física de los trabajadores y clientes de la empresa comercial “**INTI EXPEDICIONES PERU**” en los servicios que se brindan en general, coadyuvando a mitigar la propagación del coronavirus (COVID-19).

VI. Objetivos

Objetivo General: Establecer un enfoque preventivo a fin de proteger la salud de las personas que laboran para la **INTI EXPEDICIONES PERU**, frente al riesgo de contagio del COVID-19 y poder continuar con sus operaciones.

Este enfoque preventivo establece las acciones y precauciones necesarias, antes de su reapertura y continuar aplicándolo posteriormente en todas sus operaciones.

Objetivo específico: Fortalecer los sistemas de vigilancia, contención y respuesta frente a la propagación del COVID-19, siguiendo las normas que dicten las autoridades.

Fortalecer la cadena productiva mediante la articulación con nuestros clientes, proveedores y demás partes interesadas en una estrategia integral para afrontar la pandemia del Covid-19.

VII. Base Legal

- Decreto Supremo Nº 008-2020-SA, Decreto Supremo que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control del COVID-19, y Decreto Supremo Nº 094-2020-PCM.
- Decreto Supremo Nº 044-2020-PCM, Decreto Supremo que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19, modificatorias y precisiones.
- Decreto Supremo Nº 051-2020-PCM, que prorroga el Estado de Emergencia Nacional declarado mediante Decreto Supremo Nº 044-2020-PCM.
- Decreto Supremo Nº 057-2020-PCM, Decreto Supremo que modifica el artículo 3 del Decreto Supremo Nº 051-2020-PCM, que prorroga el Estado de Emergencia Nacional declarado mediante Decreto Supremo Nº 044-2020-PCM, que establece el uso obligatorio de mascarilla para circular por la vía pública.
- Resolución Ministerial 040-2020-MINSA, que aprueba el “Protocolo para la Atención de Personas con Sospechas o Infección Confirmada por Coronavirus (2019-nCoV)”.
- Resolución Ministerial 239-2020-MINSA, que aprueba el Documento Técnico



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

“Lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición al COVID-19”

- Decreto Supremo N° 101-2020-PCM, Decreto Supremo que aprueba la Fase 2 de la Reanudación de Actividades Económicas dentro del marco de la declaratoria de Emergencia Sanitaria Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del COVID-19, y modifica el Decreto Supremo N° 080-2020-PCM.
- R.M. N° 265-2020-MINSA Y R.M. N° 283-2020-MINSA Documento Técnico: “Lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19”.
- R.D N° 003-2020-INACALDN que aprueba la “Guía para la limpieza y desinfección de manos y superficies. 1ª Edición”.
- R.M. N° 773-2012-MINSA que aprueba la Directiva Sanitaria N°098-MINSA/DGPS-V.01, "Directiva Sanitaria para Promocionar el Lavado de Manos Social como Práctica Saludable en el Perú".
- R.M. N° 055-2020-TR que aprueba la “Guía para la prevención del Coronavirus en el ámbito laboral”.

VIII. Nómina de trabajadores por riesgo de exposición a Covid-19:

NOMBRE Y APELLIDOS	DNI	CARGO	N° DE LICENCIA
WILLIAMS MAURICE HANCCO OROZ	43975762	CONDUCTOR	Z43975762
SANTIAGO CARLIN OCAMPO	42416028	CONDUCTOR	Z42416028
WENDY MARGARET RAMIREZ BUSTILLOS	44070152	ADMINISTRADORA	-----

IX. Disposiciones generales

Definiciones operativas

- **AISLAMIENTO COVID-19:** Procedimiento por el cual una persona caso sospechoso, reactivo en la prueba rápida o positivo en la prueba PCR para COVID-19, se le restringe el desplazamiento en su vivienda o en hospitalización o en su centro de labores u otro espacio destinado para dicho fin, por un periodo indefinido, hasta recibir la alta clínica.
- **AISLAMIENTO DOMICILIARIO:** Es el procedimiento por el cual a una persona sospechosa o confirmada COVID-19, se le restringe el desplazamiento fuera de su vivienda por un lapso de catorce (14) días, contados a partir de la fecha de inicio de síntomas
- **CASO CONFIRMADO:** Persona con confirmación de infección por COVID - 19.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

- **CASO DESCARTADO:** Persona que tiene un resultado negativo para COVID - 19, ya sea por prueba rápida o por Prueba RT-PCR en tiempo real.
- **DESINFECCIÓN:** Reducción por medio de sustancias químicas y/o métodos físicos del número de microorganismos presentes en una superficie o en el ambiente, hasta un nivel que no ponga en riesgo la salud.
- **CUARENTENA COVID-19:** Procedimiento por el cual un trabajador sin síntomas de COVID-19 se le restringe el desplazamiento por fuera de su vivienda por el periodo que el gobierno establece como medida de prevención de contagio en el ámbito nacional. Es el aislamiento de personas durante el período de tiempo que el gobierno establece como medida de prevención de contagio en el ámbito nacional.
- **EPP:** Equipo de Protección Personal.
- **EVALUACIÓN DE SALUD DEL TRABAJADOR:** Actividad dirigida a conocer la condición de salud del trabajador al momento del regreso o reincorporación al trabajo; incluye el seguimiento al ingreso y salida del centro laboral a fin de identificar precozmente la aparición de sintomatología COVID-19 para adoptar las medidas necesarias.
- **GRUPOS DE RIESGO:** Conjunto de personas que presentan características individuales asociadas a mayor riesgo de complicaciones por COVID-19. Personas mayores de 60 años y quienes cuenten con comorbilidades como: hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedad pulmonar crónica, cáncer, u otros estados de inmunosupresión.
- **LIMPIEZA:** Eliminación de suciedad e impurezas de las superficies utilizando agua, jabón, detergente o sustancia química.
- **PRUEBA RÁPIDA COVID-19:** Prueba Inmunocromatográfica que determina la activación de la respuesta inmune del paciente e indica la presencia de anticuerpos en forma de Inmunoglobulinas (IgM e IgG).
- **PUESTOS DE TRABAJO CON RIESGO DE EXPOSICIÓN A SARS-COV-2 (COVID-19):** Son aquellos puestos con diferente nivel de riesgo, que dependen del tipo de actividad que realiza, por ejemplo, la necesidad de contacto a menos de 2 metros con personas que se conoce o se sospecha que estén infectadas con el virus del SARS-CoV-2, o el requerimiento de contacto repetido o prolongado con personas que se conoce o se sospecha que estén infectadas con el virus SARS-CoV2. Los niveles de riesgo de los puestos de trabajo se pueden clasificar en:
 - a. **RIESGO BAJO DE EXPOSICIÓN O DE PRECAUCIÓN:** Los trabajos con un riesgo de exposición bajo (de precaución) son aquellos que no requieren contacto con personas que se conoce o se sospecha que están infectados



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

con COVID-19 ni tienen contacto cercano frecuente a menos de 2 metros de distancia con el público en general. Los trabajadores en esta categoría tienen un contacto ocupacional mínimo con el público y otros compañeros de trabajo, trabajadores de limpieza de centros no hospitalarios, trabajadores administrativos, trabajadores de áreas operativas que no atienden clientes.

- b. **RIESGO MEDIANO DE EXPOSICIÓN:** Los trabajos con riesgo medio de exposición incluyen aquellos que requieren un contacto frecuente y/o cercano (por ej. menos de 2 metros de distancia) con personas que podrían estar infectadas con COVID-19, pero que no son pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. Por ejemplo: policías y fuerzas armadas que prestan servicios en el control ciudadano durante la emergencia sanitaria, trabajadores de limpieza de hospitales de áreas no consideradas áreas COVID19; trabajadores de aeropuertos, trabajadores de educación, mercados, seguridad física (vigilancia) y atención al público, puestos de trabajo con atención a clientes de manera presencial como recepcionistas, cajeras de centros financieros o de supermercados, entre otros.
- c. **RIESGO ALTO DE EXPOSICIÓN:** Trabajo con riesgo potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19; por ejemplo: trabajadores de salud u otro personal que debe ingresar a los ambientes de atención de pacientes COVID-19, trabajadores de salud de ambulancia que transporta paciente con diagnóstico y sospecha de COVID-19, (cuando estos trabajadores realizan procedimientos generadores de aerosol, su nivel de riesgo de exposición se convierte en muy alto), trabajadores de limpieza de área COVID-19, conductores de ambulancia de pacientes COVID19.
- d. **RIESGO MUY ALTO DE EXPOSICIÓN:** Trabajos con contacto directo con casos COVID-19; por ejemplo: trabajadores de salud que realizan la atención de pacientes COVID-19, trabajadores de salud que realizan toma de muestra o procedimientos de laboratorio de pacientes confirmados o sospecha COVID-19.

- **MASCARILLA:** mascarilla quirúrgica, como equipo de protección para evitar la diseminación de microorganismos normalmente presentes en la boca, nariz o garganta y evitar así la contaminación.
- **REINCORPORACIÓN AL TRABAJO:** Proceso de retorno al trabajo cuando el trabajador declara que tuvo la enfermedad COVID-19 y está de alta epidemiológica.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

- **SINTOMATOLOGÍA COVID-19:** Signos y síntomas relacionados al diagnóstico de COVID-19, tales como: sensación de alza térmica o fiebre, dolor de garganta, tos seca, congestión nasal o rinorrea (secreción nasal), puede haber anosmia (pérdida del olfato), disgeusia (pérdida del gusto), dolor abdominal, náuseas y diarrea; en los casos moderados a graves puede presentarse falta de aire o dificultad para respirar, desorientación o confusión, dolor en el pecho, coloración azul en los labios (cianosis), entre otros.
- **TRABAJADOR:** Persona que tiene vínculo laboral con el empleador; y a toda persona que presta servicios dentro del centro de trabajo, cualquier sea la modalidad contractual; incluyendo al personal de contratistas, subcontratistas, tercerización de servicios, entre otras.
- **PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID -19 EN EL TRABAJO:** documento elaborado y aprobado por el operador como persona jurídica, que contiene las medidas que se deberán tomar para vigilar el riesgo de exposición a COVID -19, en el lugar de trabajo, de acuerdo a lo establecido en la Resolución Ministerial N° 239-2020.MiNSA, que aprueba los “Lineamientos para la Vigilancia de la Salud de los Trabajadores con Riesgo de Exposición a COVID -19”
- **SINTOMATOLOGÍA COVID -19:** signos y síntomas relacionados al COVID -19, tales como: fiebre (mayor a 38°C), dolor de garganta, tos seca, congestión nasal o rinorrea (secreción nasal), puede haber anomia (pérdida de olfato), disgeusia (pérdida del gusto), dolor abdominal, náuseas y diarrea, falta de 'iré o dificultad para respirar, desorientación o confusión, dolor en el pecho, coloración azul en los labios (cianosis).

X. Procedimientos obligatorios de prevención del Covid-19

1. Limpieza y desinfección del centro de trabajo (insumos, frecuencia de realización)

Los vehículos son limpiados y desinfectados con insumos que contienen VIRUCIDA DE AMONIO CUATERNARIO (recomendado por el MINSA). La fumigación, aplicando el Virucida de amonio cuaternario, se realiza por medio de la aspersión y sólo sobre superficies inertes, no en superficies vivas.

El mismo insumo es utilizado para las herramientas y accesorios adicionales al vehículo donde operan los conductores.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

La frecuencia de la limpieza y desinfección es semanal, dado el escaso número de trabajadores y el poco flujo de clientes y proveedores. El vehículo que será el centro laboral contará con un stock de insumos de limpieza y desinfección.

Se implementará medios de verificación periódica de la eficacia de los métodos de limpieza y/o desinfección contra microorganismos definidos por el empleador.

Se capacitará al personal encargado de las labores de limpieza y desinfección, y medidas de protección. Para la empresa, la persona encargada es MIGUEL ZAMORA GARCIA.

2. Identificación de Sintomatología Covid-19, previo al ingreso al vehículo centro de labor (personal, metodología, registro)

Se realiza un control de la temperatura corporal de todos los trabajadores que ingresan al centro de labor. El valor de temperatura corporal que determinará que un trabajador pueda ingresar al centro de trabajo es menor a 38.0°C. Se emplea un termómetro calibrado.

La medición de temperatura se realiza dos veces al día (al ingreso y salida de los trabajadores).

Además del control de temperatura, se controla que el personal que ingrese al local no registre síntomas de malestar físico relacionado al COVID-19 (fiebre, dolor de cabeza, garganta o pecho, tos, dificultad para respirar, diarrea, escalofríos, sudoración, malestar general, etc.)

El control de temperatura es aplicable a todo el personal de la empresa, así como visitas en general (clientes, proveedores, autoridades, etc.) que ingrese al interior del local en cualquier momento del día.

La aplicación de la ficha sintomatológica COVID19 se realiza por medios virtuales previos al reinicio de actividades al personal que ingresará a trabajar.

Todo trabajador con fiebre mayor o igual a 38°C o que evidencie signos o sintomatología COVID-19 será manejado como caso sospechoso.

3. Lavado y desinfección de manos obligatorio (número de lavatorios, alcohol gel, esquema de monitoreo)

El número de lavatorios es 1 (uno ubicado en detrás de la cabina del vehículo). Cada lavabo cuenta con jabón y alcohol gel.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

Los conductores se encargan de realizar el monitoreo entre ellos y con los clientes, proveedores u otras personas que sean autorizados a ingresar al vehículo .

Para el personal(conductores), el lavado de manos deberá realizarse al ingreso a laborar, al medio día, a las 3 de la tarde y a las 6 de la tarde. Los clientes, proveedores y otras personas, se lavarán las manos al ingresar al vehículo.

4. Sensibilización de la prevención del contagio en el centro de trabajo (material a utilizar)

En la sala de recepción se colocarán carteles alusivos a la necesidad de guardar las normas de limpieza para evitar el contagio del Covid-19.

En los espacios de los lavabos, se colocarán carteles sobre la forma de jabonarse y secarse las manos.

5. Medidas preventivas colectivas

Los vehículos permanecerán con las ventanas abiertas. No se hará uso de los equipos de aire acondicionado.

La distancia social mínima entre trabajadores será de 1 metro, quienes usarán mascarillas protectoras comunitarias.

En caso de usar uno de los ambientes de la Empresa proveedora-cliente (lugar de operaciones), se deberá mantener el distanciamiento social de 1 metro.

Las reuniones de trabajo serán, preferentemente, virtuales. De realizarse, excepcionalmente, se deberá mantener el uso de mascarillas y la distancia social de 1 metro.

En la puerta de ingreso al local de la empresa proveedor –cliente así como en el vehículo, se instalará una bandeja de desinfección de calzado.

El material a descartarse (mascarillas, guantes y otros), sólo serán acopiados en una bolsa de plástico ubicada en el ambiente de depósito.

6. Medidas de protección personal

La empresa proporcionará todos los elementos de protección y verificará su adecuado uso, dentro de los ambientes de la oficina del Proveedor-cliente, así como en el vehículo.

Sólo ingresarán a la oficina del Proveedor-cliente, así como en el vehículo, las personas que lleven puestas sus mascarillas, lentes y guantes autorizados.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

7. Vigilancia permanente de comorbilidades relacionadas al trabajo en el contexto Covid-19 La empresa ejerce vigilancia permanente de sus trabajadores respecto si presentan cuadros que indiquen síntomas del Covid-19.

XI. Procedimientos obligatorios para el regreso y reincorporación al trabajo

1. Proceso para el regreso al trabajo

Todos los trabajadores deberán llenar y firmar la Ficha de sintomatología Covid-19 para regreso al trabajo, que constituye una declaración jurada.

2. Proceso para la reincorporación al trabajo: NO APLICA, porque no hay trabajadores que hayan padecido del Covid-19, ni están comprendidos entre personas con comorbilidad.
3. Revisión y reforzamiento a trabajadores en procedimientos de trabajo con riesgo crítico en puestos de trabajo: NO APLICA, porque las labores son de riesgo bajo de exposición.
4. Proceso para el regreso o reincorporación al trabajo de trabajadores con factores de riesgo para Covid-19: NO APLICA, porque no hay trabajadores que se encuentren comprendidos en el punto 7.3.4 de los Lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19”.

XII. Responsabilidad del cumplimiento del Plan.

La responsabilidad del cumplimiento del Plan recae en WILLIAMS MAURICE HANCCO OROZ.

XIII. Presupuesto y proceso de adquisición de insumos para el cumplimiento del Plan.

El monto presupuestado para la aplicación del Plan, asciende a una (1) UIT y la adquisición se hará de proveedores locales.

XIV. Documento de aprobación del Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo:

El “Plan de vigilancia, prevención y control de covid-19 en el trabajo”, será aprobado por el Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo y elevado a la Gerencia para su envío y registro en el Sistema Integrado para Covid-19 (SICOVID-19) del Instituto Nacional de Salud, del Ministerio de Salud.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

XV. Anexos

Anexo 01: Lista de verificación de Sintomatología y Antecedentes Personales COVID-19, con carácter de Declaración Jurada.

Anexo N° 02 – Instructivo de uso de mascarilla

Anexo N° 03 – Instructivo de lavado de manos

Anexo N° 04 – Instructivo de desinfección de manos con alcohol en gel

Anexo N° 05 – Uso correcto de termómetro infrarrojo clínico Anexo N°

06 – Recomendaciones para prevenir el COVID-19.

Anexo N° 07 – Nomina de trabajadores.

Documento aprobado por:

Cusco 07 de Julio de 2020

"INTEXPEDICIONES G&H S.R.L."
"===== "
Williams M. Hancoco Oroz
GERENTE GENERAL

.....
WILLIAMS MAURICE HANCCO OROZ.

DNI 43975762

Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

Anexo 01: Lista de verificación de Sintomatología y Antecedentes Personales COVID-19, con carácter de Declaración Jurada.

Ficha para el control de sintomatología¹

He recibido explicación del objetivo de esta evaluación y me comprometo a responder con la verdad. También he sido informado que de omitir o falsear información estaré perjudicando la salud de mis compañeros y la mía, que, de constituir una falta grave a la salud pública, asumo las consecuencias.

Apellidos y nombres : _____.

Área de Trabajo: _____ DNI: _____.

Dirección:

Nro. de celular:

Temperatura:

En los últimos 14 días calendario ha tenido alguno de los síntomas siguiente:

NRO	SÍNTOMAS	SI	NO
1	Sensación de alza térmica o fiebre		
2	Tos, estornudos o dificultad para respirar		
3	Expectoración o flema amarilla verdosa		
4	Contacto con personas con un caso confirmado de covid-19		
5	Está tomando alguna medicación (detallar cuál o cuáles):		

Fecha :

Firma : -----



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

¹ Ficha adaptada de la R.M. N° 239-2020-MINSA Documento Técnico: “Lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19

Anexo N° 02 – Instructivo de uso de mascarilla

Objetivo

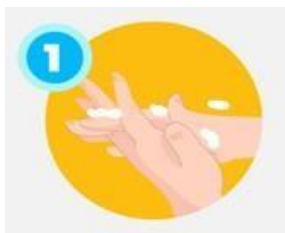
- Describir instrucciones para el uso correcto de las mascarillas.

Alcance

- Este procedimiento tiene como alcance a todo el personal administrativo, operativo, externo y clientes en general.

Descripción

Paso 1: Antes de ponerse la mascarilla lavarse y/o desinfectarse las manos.



Paso 2: Verifica que la mascarilla no se encuentre dañada.



Paso 3: Asegúrate que el lado exterior de la mascarilla queda hacia fuera.

Paso 4: Cúbrete la boca y la nariz con la mascarilla, sujeta las tiras o elástico alrededor de las orejas o en la parte posterior de la cabeza y ajusta la tira rígida sobre la nariz.

¿Cuándo cambiar de mascarilla?
Cuando esta húmeda o presente rotura.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO



Las mascarillas de tela se lavan y se desinfectan con plancha.

Paso 5: Evitar tocar la mascarilla mientras lo usas, si lo haces lávate las manos.

Paso 6: Quítate la mascarilla sin tocar la parte delantera y deséchala en un recipiente cerrado. Luego lávate y desinfectate las manos.

Anexo N° 03 – Instructivo de lavado de manos



Limpia tus manos

CON AGUA Y JABÓN

 Duración de este procedimiento: 40-60 segundos



- 

0 Mójese las manos con agua.
- 

1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.
- 

2 Frótese las palmas de las manos entre sí.
- 

3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.
- 

4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 

5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
- 

6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 

7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 

8 Enjuáguese las manos con agua.
- 

9 Séquese con una toalla desechable.
- 

10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo.
- 

11 Sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



Limpia tus manos

CON UN GEL A BASE DE ALCOHOL

⌚ Duración de este procedimiento: 20-30 segundos

1a



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.

1b



Frótese las palmas de las manos entre sí.

2



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

3



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

4



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

5



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

6



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

7



Una vez secas, sus manos son seguras.

8



Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

Objetivo

- Describir los pasos que se realizarán para controlar la temperatura como medida de control.

Alcance

- Este procedimiento tiene como alcance a todos los trabajadores administrativos, operativos, externos. Descripción
- Recomendaciones previas al uso:
 - Asegurar que el orificio del sensor no esté sucio.
 - El sensor no debe ser tocado ni soplado.
 - Asegurar que la superficie donde tome la temperatura (Frente o detrás del oído), no se encuentre mojada ni con sudor (debe estar seco).
 - No medir sobre el cabello, cicatrices u obstáculos que puedan alterar la medición.
- Durante de la toma de temperatura
 - Ubicar el equipo delante de la persona a evaluar y establecer una distancia de 1 a 5 cm de la superficie a medir.
 - Accionar el botón para medir temperatura.
 - Verificar el valor mostrado en la pantalla de visualización.
 - Si presenta un valor de 38°C o más, prohibir el ingreso.

Si va a realizar una nueva medición, puede repetir inmediatamente los pasos del 1 al 4, caso contrario se apagará automáticamente transcurrido unos segundos

- Al finalizar la actividad. ➤ Se desinfecta y se guarda en el estuche.





PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

RECOMENDACIONES PARA PREVENIR EL COVID-19



➤ Abre las ventanas del vehículo en el que te transportas. **Debe estar ventilado.**

Mantén tu distancia con otros pasajeros y solo ocupa los asientos permitidos.



Si te trasladas en bicicleta, hazlo siempre con mascarilla.



Durante todo tu viaje usa mascarilla.



Si toses o estornudas no te quites la mascarilla. **No te toques la cara ni los ojos.**



Si tienes fiebre, tos seca o dificultad para respirar, **repórtalo inmediatamente para descartar la enfermedad.**



Recuerda:

Lávate las manos **siempre** con agua y jabón por **20 segundos.**



PERÚ

Ministerio de Transportes y Comunicaciones

EL PERÚ PRIMERO