

MEDIDAS DE PREVENCIÓN E HIGIENE FRENTE A COVID-19 DEL CENTRO ASOCIADO A LA UNED EN MADRID (CAMA)

ÁMBITO DE APLICACIÓN

Las presentes medidas de prevención e higiene frente al COVID 19 serán de aplicación a todo el personal de Administración y Servicios que desempeñe su trabajo en cualquiera de los edificios del Centro Asociado a la UNED en Madrid, así como al personal perteneciente a contratos de servicios externos.

El COVID 19 o SARS-CoV-2, se transmite principalmente por vía respiratoria en gotas de más de 5 micras, que pueden alcanzar distancias de hasta 2 metros, y por el contacto directo con las secreciones respiratorias. Las siguientes recomendaciones de prevención y control de la infección se basan en el escenario actual de la epidemia por SARS-CoV-2 y en la última información disponible^{1,2}.

1.- MEDIDAS GENERALES PARA LA ENTRADA Y PERMANENCIA EN LOS EDIFICIOS:

No podrán acceder a las instalaciones del CAMA aquellas **personas con síntomas compatibles con COVID-19**, aquellas a las **que se les haya diagnosticado la enfermedad y que no hayan finalizado el periodo de aislamiento** requerido **o las que se encuentren en periodo de cuarentena domiciliar** por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.

El acceso de momento estará restringido a **Personas Autorizadas**, en las que se incluyen estudiantes que deban realizar exámenes, los cuales no pueden acceder acompañados, excepto personas que puedan precisar asistencia.

Se habilitarán mecanismos de control de acceso en las entradas.

Es fundamental que todas las personas que entran a las instalaciones guarden las siguientes medidas de prevención de la transmisión:

- Al entrar al edificio desde la calle, aplicar gel desinfectante.
- Cubrirse la nariz y la boca con una mascarilla higiénica, y conservarla puesta durante la estancia en el edificio, muy especialmente al transitar por pasillos y zonas comunes donde no se pueda asegurar la distancia de seguridad interpersonal de 2 metros.
- Mantener en todo momento una distancia de seguridad interpersonal de 2 metros, ya sea dentro del edificio, como durante la espera de acceso al mismo.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- En el momento de abandonar el edificio, descartar correctamente la mascarilla y/o los guantes, en el contenedor de tapa roja con pedal, situado cerca a la puerta de salida.

- El office o espacios destinados para la comida, no podrán utilizarse mientras sea recomendado el uso de mascarillas en el edificio.
- Se deberá priorizar el uso de la escalera frente al ascensor. En caso de utilización del ascensor deberá hacerse de forma individual, siguiendo las recomendaciones expuestas en la puerta del ascensor.
- La entrada a la zona de los aseos deberá realizarse con una ocupación máxima de una persona, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia, siguiendo las recomendaciones expuestas en la puerta y/o el interior de los mismos.

2.- OTRAS RECOMENDACIONES A LOS TRABAJADORES

Cumple con todas las medidas de prevención que te indique la responsable de PRL del CAMA.

Las mascarillas suministradas por el CAMA son de material **textil no tejido** que poseen las fibras superpuestas en todas las direcciones, lo que proporciona un filtro más eficaz para la protección.

Evita utilizar en las instalaciones del CAMA otro tipo de mascarillas, distintas a la que se suministran, como:

- mascarillas con válvula, ya que permiten el intercambio con el exterior del aire expulsado,
- mascarillas FFP2 para períodos laborales de varias horas, puesto que requieren un mayor esfuerzo de respiración,
- mascarillas de tela, sin material filtrante no tejido, ya que las fibras ordenadas en trama y urdimbre dejan canales de intercambio de tamaño superior a 5 micras, que las hace poco efectivas.

Evita el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.

Lávate frecuentemente las manos preferiblemente con agua y jabón, si no es posible, utiliza una solución hidroalcohólica. Hazlo especialmente después de toser o estornudar o de tocar superficies potencialmente contaminadas. Sigue las indicaciones de lavado que se encuentran en los lavabos.

En caso de que sea necesario compartir o utilizar equipos y dispositivos de otros trabajadores, puedes desinfectarlos antes de usarlos, o utilizar guantes. Si no es posible, lávate las manos después de haberlos usado.

Facilita el trabajo al personal de limpieza cuando abandones tu puesto, despejando lo máximo posible.

Tira cualquier desecho de higiene personal, especialmente los pañuelos desechables, de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.

Si empiezas a notar síntomas, avisa a tus compañeros y superiores, extrema las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene mientras estés en el puesto de trabajo y contacta de inmediato con el servicio de prevención de riesgos laborales del CAMA, tu médico de atención primaria o con el teléfono de atención al COVID-19 de la Comunidad de Madrid 900 102 112.

Importante:

Si algún trabajador, adquiere la enfermedad, deberán informar a su empleador y al servicio de prevención o, en su caso, a los delegados de prevención (Ley de Prevención de Riesgos Laborales). Pese a que normalmente, un trabajador en situación de baja por enfermedad no tiene obligación de informar sobre la razón de la baja a la empresa, en este caso este derecho individual puede ceder frente a la defensa de otros derechos como el derecho a la protección de la salud del colectivo de trabajadores en situaciones de pandemia y, más en general, la defensa de la salud de toda la población. Esta excepción, tiene por objeto identificar los probables contactos establecidos para su correspondiente aislamiento y/o seguimiento y poder controlar la expansión de la enfermedad.

3.-MEDIDAS ORGANIZATIVAS

Antes del reinicio de las actividades se han realizado tareas de limpieza y desinfección de las instalaciones del CAMA utilizando, principalmente, una solución de lejía en agua 1:50, según recomendación del Ministerio de Sanidad¹ Artículo 6, 1 a).

Para seguir manteniendo los edificios desinfectados, aparte de la limpieza diaria programada, es necesario que el personal respete las medidas de prevención expuestas en el punto 1.-MEDIDAS GENERALES, muy especialmente en lo relativo al uso de mascarillas.

En la reincorporación, se está entregado a todo el personal del CAMA y/o personas autorizadas, equipos de protección individual (**mascarillas y guantes** de un solo uso).

Las mascarillas del personal se distribuyen en bolsas de auto cierre individuales de 20 mascarillas, para un periodo de un mes, a fin de garantizar una mejor asepsia en su distribución.

Así mismo, se entregan guantes desechables, cuya utilización **no** es obligatoria de forma continua durante la estancia o realización de tareas. No obstante, se suministran para aquellas situaciones en las que el trabajador crea necesario utilizarlos para su mayor protección.

Preventivamente, se han instalado también **mamparas de protección en los puestos de probable atención al público**, como son conserjerías, secretarías de entrada, y bibliotecas. Esto es debido a que, el personal del CAMA se considera incluido en un ESCENARIO DE BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN³, es decir, integrado por “personal que no tiene atención directa al público o, si la tiene, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto, como mamparas de metacrilato”.

Por último, se señala que en el momento de entrega del material de protección (previo a esta comunicación escrita), se ha informado al trabajador sobre las medidas adoptadas. Así mismo, se han atendido a todas las preguntas de los trabajadores, respecto a las medidas a seguir a la vuelta al lugar de trabajo.

El conjunto de medidas adoptadas ha sido consensuado con el Comité de Seguridad y Salud, en la reunión que tuvo lugar el 14/05/2020.

3.1 Medidas de limpieza e higiene en los centros de trabajo

Se recomienda que, en la medida de lo posible, las puertas de mayor uso colectivo permanezcan abiertas, para evitar la excesiva manipulación de pomos y picaportes.

Se reforzarán las tareas diarias de limpieza en todas las estancias, con especial incidencia en superficies, que se tocan con más frecuencia como pomos de puertas y ventanas, mesas y ordenadores, así como mandos de maquinaria.

Se limpiará el área de trabajo usada por un empleado en cada cambio de turno.

Se realizarán tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos.

Se han renovado los filtros de aire y se ha aumentado el nivel de ventilación de los sistemas de climatización.

Se han desconectado los secamanos de aire y se han sustituido por toallas de papel.

Se asegurará una correcta utilización de los elementos de protección (mascarillas y guantes) por parte del personal encargado de la limpieza. Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes.

Una vez finalizadas las tareas y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.

La gestión de los residuos generados en estas medidas, como son mascarillas, guantes y pañuelos desechables, debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas). Es decir, el contenedor gris de basura normal.

En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.

4.-MEDIDAS PARA USO DE BIBLIOTECAS

Las bibliotecas, por el momento solo ofrecerán servicio de préstamo y devolución con cita previa.

Las personas que accedan a las instalaciones deben guardar las **MEDIDAS GENERALES PARA LA ENTRADA Y PERMANENCIA EN LOS EDIFICIOS**, expuestas en el punto 1 de este documento.

Se han colocado marcas indicadoras de distancia en el suelo para acceder a los mostradores de atención al público y mantener el orden y distancia de seguridad en las colas de acceso.

No estará habilitado ningún otro servicio como préstamo de ordenadores portátiles, ni estarán en uso las salas de trabajo en grupo, salas de investigadores, salas de visionado y Docimotecas. Si fuera

necesario, se instalarán balizas u otros elementos de división para impedir el acceso a los usuarios a las zonas no habilitadas.

Los documentos devueltos o manipulados deberán permanecer durante al menos catorce días en cuarentena, como medida recomendada de desinfección, según los expertos⁵, para publicaciones en papel y obras de arte. Este periodo triplica el tiempo de permanencia del virus sobre cualquier superficie. No es recomendable tomar medidas activas con productos desinfectantes, que puede dañar las obras.

Respecto a la colección que ha permanecido en la Biblioteca durante el periodo de confinamiento, no sería preciso tomar medidas, ya que ha superado ampliamente el periodo de cuarentena durante el cierre de las instalaciones.

Se habilitarán cajas etiquetadas con la fecha correspondiente al día de devolución, para un correcto control del tiempo de cuarentena.

Se deberá habilitar un espacio para la permanencia de las cajas con los fondos documentales que se encuentren en cuarentena, que deberán estar situadas aparte del resto de la colección y separadas de zonas de tránsito y de trabajo.

Una vez que los fondos bibliográficos hayan cumplido el periodo de cuarentena, serán introducidos en una bolsa de plástico con solapa adhesiva y se colocara una etiqueta indicativa que ha superado el período de desinfección y es apto para el préstamo.

5.-MEDIDAS PARA LA REALIZACION DE EXÁMENES⁴

Se recuerda especialmente que, **no podrán acceder al centro** educativo aquellas **personas con síntomas compatibles con COVID-19**, aquellas a las **que se les haya diagnosticado la enfermedad y que no hayan finalizado el periodo de aislamiento** requerido **o las que se encuentren en período de cuarentena domiciliaria** por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.

Al centro de examen solo podrán acceder las personas de administración y servicios del centro, examinadores/as, alumnado y acompañantes de personas que puedan precisar asistencia.

Los estudiantes deberán cumplir las mismas medidas exigidas para el personal del centro, expuestas en el punto 1.-**MEDIDAS GENERALES PARA LA ENTRADA Y PERMANENCIA EN LOS EDIFICIOS**, de este documento.

En la entrada habrá mascarillas disponibles para los estudiantes que entren sin mascarilla, que será entregada por el conserje, o persona encargada de controlar el acceso al edificio.

Para la realización de exámenes con equipos informáticos compartidos, se recomienda el uso de guantes, como medida de seguridad. Los guantes serán suministrados por el centro y estarán disponibles en el aula para el uso exclusivo en sala de examen, antes de manipular el ordenador. En caso de que haya alguna causa para que el estudiante no pueda trabajar con guantes, deberá desinfectarse las manos con gel hidroalcohólico antes de comenzar a manipular el ordenador.

El uso de guantes también se recomienda para el personal de atención a exámenes, sobretodo en momentos de contacto con el alumnado, como identificación, entrega o recogida de material.

Se recomienda no compartir material, por lo que el alumnado debe asegurarse de llevar todo lo necesario para la realización de las pruebas.

Los guantes y las mascarillas se deben descartar en el momento de salir del edificio, donde encontrarán un cubo de tapa roja con pedal. Debe leer las recomendaciones de como retirar los guantes con seguridad.

6.-PROTOCOLO PARA ATENDER LA APARICIÓN DE UN PROBABLE CASO

Cuando un estudiante, o personal que se encuentre en el interior del edificio, inicie o se detecten síntomas, se le llevará a un espacio separado previamente designado. Se facilitará una mascarilla quirúrgica para el alumno/a y otra para la persona adulta que cuide de él/ella. La sala será para uso individual, deberá contar con ventilación adecuada y con una papelera de pedal con bolsa, donde tirar la mascarilla y pañuelos desechables. Se avisará a la familia, y se debe contactar con el teléfono de referencia de la comunidad de Madrid, 900 102 112 y seguir las indicaciones que reciba a través de ese número.

En el caso de percibir que la persona que inicia síntomas está en una situación de gravedad o tiene dificultad para respirar se avisará al 112.

Bibliografía y Normativa de referencia:

1. BOE-A-2020-4911 <https://www.boe.es/eli/es/o/2020/05/09/snd399/con>
2. Ministerio de Sanidad; Orden SND/442/2020, de 23 de mayo
BOE-A-2020-5267 <https://www.boe.es/eli/es/o/2020/05/23/snd442>
3. Ministerio de Sanidad; Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2, 8 de junio de 2020.
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL COVID-19.pdf>
4. Medidas de prevención e higiene frente a covid-19 para la realización de evaluación del bachillerato para el acceso a la universidad (EBAU) 2020- Ministerio de Sanidad, Ministerio de Educación y Formación Profesional, Ministerio de Universidades.
<http://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:604d11ab-374c-4b8e-a987-8c9aab86b146/20200514-medidas-sanitarias-para-ebau-final.pdf>
5. El protocolo adoptado para la desinfección de fondos de las bibliotecas, esta basado en las recomendaciones elaboradas a partir de la OM de Sanidad, y las recomendaciones Ministerio de

Cultura y Deporte, Subdirección General de Coordinación Bibliotecaria. El tiempo estimado para la desaparición de la actividad vírica de las superficies se ha triplicado para una completa seguridad.

Para su consulta completa <http://www.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:81c5fc4f-859f-4d00-8d05-a86d31c3b46f/recomendaciones-mcu-bibliotecas-fase1.pdf>

Para ampliar la información, también puede consultar la siguiente información.

- Asociación Andaluza de Bibliotecarios (AAB) (2020). Protocolo de actuación para la reapertura de bibliotecas. Disponible en: <https://www.aab.es/app/download/32923082/Protocolo+AAB.pdf>
- Clifford, Sean. Covid-19 conceptos básicos: desinfectar materiales históricos. *National Center for Preservation Technology and Training. In Materials Conservation, Vídeos*. Disponible en: <https://www.ncptt.nps.gov/blog/covid-19-conceptos-basicos-desinfectar-materiales-historicos/>
- Ewen, Lara (2020). How to Sanitize Collections in a Pandemic: COnservators weight it on the mysteries of materials handling during Covid-19. *American Libraries*. Disponible en: <https://americanlibrariesmagazine.org/blogs/the-scoop/how-to-sanitize-collections-covid-19/>
- Van Doremalen, Neeltje. (2020). Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. *New England Journal of Medicine*, 382(16), 1564-1568. Disponible en: <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMc2004973>
- Van Vlimmeren, Ton (2020). Guidelines on access policies., personal security, social distancing and sanitations of collections. *EBLIDA Newsletter*. Disponible en: <https://mailchi.mp/75d312f57c24/eblida-newsletter-4155369?e=cf0fcc37d0>