

## ¿Qué nivel de riesgo tiene en su puesto?

En función de las actividades de la empresa y los mecanismos de transmisión del nuevo coronavirus SARS-CoV-2, los trabajadores en su puesto de trabajo pueden estar expuestos a 3 niveles de riesgo: EXPOSICIÓN DE RIESGO, EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO, BAJA PROBABILIDAD DE RIESGO.

En función del nivel de riesgo, tu empresa debe adoptar distintas medidas preventivas.

- Disponer de barreras de protección colectivas siempre que se pueda.
- Entregar equipos de protección individual (EPIs):

| Equipos de protección individual  |   |  |
|---|---|--|
| Exposición de riesgo  | Exposición de bajo riesgo   | Baja probabilidad de riesgo  |
| Mascarilla de protección respiratoria autofiltrante contra partículas sólidas y líquidas en suspensión<br>UNE EN 149:2001+A1:2010 nivel de protección | Mascarilla de protección respiratoria autofiltrante contra partículas sólidas y líquidas en suspensión<br>UNE EN 149:2001+A1:2010 nivel de protección FFP2 o FFP3 | Uso obligatorio de mascarilla quirúrgica UNE EN 14683:2019+A1:2020 tipos II o IIR (producto sanitario) con BFE>98% o bien mascarilla higiénica UNE EN 0064:2020 o EN 0064:2020, en lugares abiertos o cerrados, públicos o privados. |



### Guantes

- Actividades de atención al paciente y de laboratorio: guantes desechables.
- Limpieza y desinfección superficies en contacto con pacientes: guantes de mayor grosor, resistentes a rotura.



### Ropa de protección

- Si contacto con salpicaduras de fluidos biológicos o secreciones de paciente confirmado o en investigación



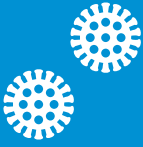
### Protección facial y ocular

- Si se generan aerosoles: protección ocular siempre.
- Ante exposición a líquidos:
  - Por salpicaduras: pantallas faciales
  - Por gotas: gafas integrales
  - Por contacto manos/guantes con superficies contaminadas: gafas montura universal con protección lateral.



## Recuerda lo básico:

### Síntomas del COVID-19



- Fiebre
- Tos
- Sensación de falta de aire
- Menos comunes: digestivos como diarrea, dolor abdominal, dolor de cabeza, afectaciones oculares y dermatológicas.

### Importante:

No hay evidencias de que se trasmita a una distancia de más de 1,5 metros.

#### ¿Si presento síntomas, qué debo hacer?

- Quédate en casa y llama a tu centro de salud (ó 061 ó 112)
- Avisa a tu empresa y sigue sus instrucciones en relación con la posibilidad de teletrabajo
- Espera a recibir instrucciones del servicio público de salud
- Sigue las recomendaciones publicadas por el Ministerio de Sanidad en relación a los cuidados domiciliarios

#### ¿Si he contactado con un compañero con síntomas, qué debo hacer?

- Avisa a tu superior inmediato. Se debe valorar si eres contacto estrecho. Recuerda seguir las instrucciones que te den en relación con tu actividad laboral.

#### ¿En todos los casos, cómo hay que protegerse?

- Lávate las manos frecuentemente (agua y jabón o solución alcohólica)
- Cúbrete la nariz y boca al estornudar o toser, con pañuelo desechable o el codo flexionado
- Mantén una distancia de 1,5 metros ante personas con síntomas
- Limpia tu zona de trabajo con solución alcohólica, así como las zonas comunes con otros usuarios
- Evita tocarte la nariz, boca y ojos
- Evita llevar anillos, pulseras, relojes muñeca y otros adornos
- Lleva las uñas cortadas y cuidadas
- Evita el uso de lentillas si es posible. Las gafas llévalas bien ajustadas
- Evita reuniones, eventos de empresa y desplazamientos a espacios con elevadas concentraciones de personas trabajadoras
- Limita las visitas de personal ajeno a la empresa