



GUÍA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL **SECTOR CONSTRUCCIÓN ANTE EL COVID-19**

(Obras menores a 400 metros cuadrados)



GUÍA PARA LA
IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL
**SECTOR CONSTRUCCIÓN ANTE
EL COVID-19**

(Obras menores a 400 metros cuadrados)

1. Objetivo y campo de aplicación

El objetivo de esta guía es establecer medidas de protección a las personas que laboran en el sector construcción ante COVID-19.

La aplicación de esta guía va dirigida a empleados del sector de la construcción en todo el territorio nacional, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el ministerio de salud para la atención de la alerta por COVID-19.

2. Referencias documentales

Se basa en los siguientes lineamientos:

2.1 Lineamientos nacionales para la vigilancia de la enfermedad covid-19. https://www.Ministeriodesalud.Go.Cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_nacionales_vigilacion_infeccion_coronavirus_v12_24042020.Pdf

2.2 Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19. https://www.Ministeriodesalud.Go.Cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_nacionales_vigilacion_infeccion_coronavirus_v12_24042020.Pdf.

2.3 Decreto 40556-s “Reglamento de Vigilancia de la Salud”. http://www.Pgrweb.Go.Cr/scij/busqueda/normativa/normas/nrm_texto_completo.Aspx?Param1=nrtc&nvalor1=1&nvalor2=84661&nvalor3=109322&strtipm=tc

2.4 Modificación a la resolución ministerial, en relación al uso obligatorio de mascarillas o caretas. Disponible en: https://www.Ministeriodesalud.Go.Cr/sobre_ministerio/prensa/decretos_cvd/ms_dm_6228_2020_3ra_ampliacion_resolucion_mascarillas_21072020.Pdf

3. Bibliografía

Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la Enfermedad COVID-19 (2020). Ministerio de Salud de Costa Rica.

Cámara Costarricense de la Construcción (2020) Emergencia Nacional por covid-19. Recomendaciones a los asociados. Disponible en: <https://www.Construccion.Co.Cr/multimedia/archivo/8782>

Guía sobre la Preparación de Lugares de Trabajo para COVID-19 (2020) Occupational Safety and Health Administration, Osha, Estados Unidos. Disponible: <http://bit.Ly/2x3stpr>

Guía de cómo actuar en Obras de Construcción ante el Coronavirus: Pautas y Recomendaciones a Seguir, Ovacen, 2020, España. Disponible en: <https://ovacen.Com/como-actuar-obras-coronavirus/>

Prevenga el COVID-19 en el Lugar de Trabajo. Organización Mundial de la Salud, 2020. Disponible en: <http://bit.Ly/2widseu>

Fundación Laboral de la Construcción, 2020. España. Disponible en: <http://www.Lineapreencion.Com/uploads/archivo/applications/arch5e707e2caf38f.Pdf>

4. Definiciones y terminología

4.1 Los coronavirus (COV)

Son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de oriente medio (mers-cov) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (sars-cov). El coronavirus nuevo es un virus que no había sido identificado previamente en humanos.

4.2 Tipos

Es importante tener en cuenta que existen otros cuatro coronavirus humanos endémicos a nivel global: hcov-229e, hcov-nl63, hcov-hku1 y hcov-oc43. Estos coronavirus son diferentes al nuevo coronavirus llamado sars-cov-2 que produce la enfermedad llamada COVID-19.

4.3 COVID-19

Es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

4.4 Grupos de riesgo para enfermedad severa por COVID-19

Dentro de los grupos de riesgo identificados se encuentran:

Personas con riesgo de enfermedad severa	Inmunocomprometidos
<ul style="list-style-type: none"> • Personas de 65 y más años • EPOC o asma moderada/severa • Enfermedad cardíaca severa • Obesidad mórbida • Diabetes • Personas que viven en establecimientos para larga estancia • Enfermedad renal crónica que requiere diálisis • Enfermedad hepática 	<ul style="list-style-type: none"> • Tratamiento para el cáncer • Fumadores • Receptores de trasplantes • Deficiencias autoinmunes • HIV mal controlada o SIDA • Uso prolongado de esteroides • Uso de medicamentos que afecten el sistema inmune

Fuente: Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la Enfermedad COVID-19. Versión 12.

5. Contenido técnico / requisitos técnicos

5.1 Empresas constructoras

Velar por la salud ocupacional de los empleados, para lo cual deben tomar las medidas necesarias y dotar de los insumos necesarios para los cuidados de higiene personal en protección de la salud (jabón líquido, toallas desechables para el secado de manos, una solución de alcohol al menos de 70% de concentración, desinfectante y agua potable).

Informar a sus empleados sobre los lineamientos y el uso de los protocolos de estornudo y tos, lavado de manos, otras formas de saludar, no tocarse la cara y población en riesgo. (Ver anexos)

5.2 Instalaciones

Garantizar la rotulación en espacios visibles de los protocolos de tos, estornudo, lavado de manos, otras formas de saludar y no tocarse la cara. (Ver anexos).

Equipar los servicios sanitarios con papel higiénico, jabón, alcohol en gel con una composición de al menos 70%, toallas de papel para el secado de manos y agua potable.

El personal de limpieza debe cumplir con el equipo de protección personal que la normativa del ministerio de salud establezca en esta actividad.

5.3 Personas colaboradoras de la construcción

1. Informe y quédese en casa cuando presente síntomas (fiebre, tos, congestión nasal, dolor de garganta) relacionados con esta enfermedad.
2. Debe utilizar su equipo de protección personal como parte de las buenas prácticas (protección respiratoria, guantes adecuados, gafas de protección y bloqueador solar).
3. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
4. Cúbrase cuando tose o estornude utilice el protocolo de estornudo en caso de que no cuente con pañuelos desechables.
5. Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 40 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de limpiarse la nariz, toser o estornudar, entre pausas de descanso y al finalizar su jornada laboral.
6. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol (al 70%).
7. Evitar compartir cualquier alimento durante las actividades laborales.
8. En la medida de las posibilidades aplicar la norma del distanciamiento social (2 m), durante sus tiempos de descanso y alimentación.

5.4 Disposiciones generales:

5.4.1- Vestidores y servicios sanitarios

Es importante acatar las siguientes recomendaciones:

1. Modificar los horarios de trabajo para evitar la alta concentración de trabajadores en sitios de aseo, siempre atendiendo las posibilidades de la empresa. Tener a disposición de los trabajadores jabón y agua, así como toallas de papel para secarse las manos.
2. Realizar la limpieza al menos 3 veces por día.
3. Retirar la ropa de los centros de trabajo de forma diaria y trasladarla en una bolsa para el hogar, procediendo con el lavado respectivo.

5.4.2- Visitantes:

1. Se recomienda no tener visitas en la obra, más allá de las imprescindibles como por ejemplo (profesionales de ingeniería o arquitectura, entre otros). Igualmente, no permitir el ingreso de personas con síntomas respiratorios o con fiebre de más de 38 grados.

5.4.3- Oficinas, salas de reunión y de administración:

1. En las áreas donde se encuentran los planos, equipo electrónico, o bien se utilicen para fines prácticos de capacitación o sean utilizados para reunión en general, se debe restringir en lo posible la circulación de personas, buscando reducir al máximo la cantidad de asistentes. Se debe trabajar en el sector asignado evitando trasladarse por los distintos espacios para disminuir o mitigar las posibilidades de contagio actuando como vector.
2. Disponer de solución a base de alcohol, en las zonas donde no se cuente con acceso a agua y jabón (mesa de planos u otros)
3. Recordar en todo momento los protocolos de tos, estornudo, lavado de manos y de no tocarse la cara con las manos sucias.

5.4.4- Bodegas y manejo de herramientas:

1. Se recomienda al devolver o retirar herramientas en bodegas, limpiar (desinfectar) la herramienta.
2. Reforzar el lavado de manos con agua, jabón, o en su defecto, utilizar una solución a base de alcohol para desinfección de manos.
3. Recordar en todo momento los protocolos de tos, estornudo, lavado de manos y de no tocarse la cara con las manos sucias.

5.4.5- Equipo de protección personal:

1. El equipo de protección personal es individual y propio de cada persona, por lo que no se debe compartir cascos, chalecos, lentes de seguridad, zapatos de seguridad, mascarillas, caretas de soldadura, tapones u orejeras, arnés de seguridad, entre otros.

5.4.6- Organización del trabajo:

1. Se recomienda organizar el trabajo en pequeños grupos fijos de trabajadores (cuadrillas) minimizando el masivo contacto entre el personal. Antes del inicio de las labores hacer un repaso de los protocolos de tos, estornudo y la importancia del lavado de manos.

5.4.7- Trabajadores en cuadrillas:

1. Para aquellos trabajadores que laboran en cuadrillas se recomienda evitar al máximo su rotación. Mantener distancia de al menos 2 metros (se puede medir con los dos brazos extendidos en forma de cruz, uno del otro)

2. Se debe tomar la temperatura corporal (no puede ser mayor a 38°) antes de iniciar la obra y luego de espacios de descanso.

3. Prohibir el fumado.

4. Identificar personal de alto riesgo:

- Personas diabéticas,
- Personas con presión alta,
- Personas asmáticas
- Personas en condiciones de salud que comprometen su sistema inmune (ejemplo cáncer)

5.4.8- Transporte:

1. Si la empresa ofrece o sub contrata el servicio de transporte de trabajadores, la ocupación del vehículo debe ser tal que puedan viajar solo las personas sentadas. Utilizar protección respiratoria en todo momento y viajar con las ventanas abiertas.

2. No se debe fumar dentro del equipo de transporte.

3. Mantener en todo momento el distanciamiento mínimo de 1.8 M entre personas.

4. Recordar los protocolos de tos, estornudo, lavado de manos y de no tocarse la cara con las manos sucias.

5.4.9- Empresas subcontratistas:

1. No permitir trabajadores que presenten síntomas respiratorios ingresar a la obra y comunicar a los subcontratistas sobre las medidas implementadas para la prevención del contagio en la obra. Esta condición puede evaluarse iniciando por una toma de la temperatura corporal antes de ingresar a la obra, es importante realizar una pregunta general relacionada a si ha tenido síntomas o signos de gripe, o en contacto con alguna persona sospechosa en los últimos 14 días. En cualquier caso, es importante recomendar que al tener temperatura, lo conveniente es aislar a la persona y tomar las previsiones que ha solicitado el ministerio de salud dando parte a las autoridades sanitarias y no permitir que ingrese a la obra.
2. Las personas que ingresen deben seguir las mismas medidas que los trabajadores de obra ejerzan, incluyendo la protección respiratoria, el distanciamiento y la desinfección de manos.

5.4.10- Protocolo en caso de personas confirmadas y sospechosas:

1. Se recomienda a las personas que sospechan tener el virus, no asistir a trabajar y consultar al centro de salud más cercano para el trámite de la incapacidad correspondiente según directivas de ministerio de salud/ccss.
2. En caso de exposición de otros trabajadores solicitar instrucciones al ministerio de salud por parte del encargado inmediato. Si la empresa cuenta con una oficina de salud ocupacional con una persona profesional responsable, seguir las recomendaciones pertinentes.

5.4.11- Trabajos externos:

1. Mantener una distancia de 1.8 M mínimo entre trabajadores.
2. Proveer un área con suministros de limpieza, tales como jabón y agua potable.
3. Cumplir con el procedimiento de lavado de manos, antes de la alimentación, ir al baño, tocarse la cara entre otros.
4. Utilizar protección respiratoria en todo momento.

5.4.12- Trabajos internos:

6. Mantener áreas muy bien ventiladas. Uso de equipo para ventilación si es necesario.
7. Separación de 1.8 M mínimo.
8. Cumplir con el procedimiento de lavado de manos, antes de la alimentación, ir al baño, tocarse la cara entre otros.
9. Utilizar protección respiratoria en todo momento.

5.13- Uso del comedor:

1. Al ingreso al comedor se deberá utilizar una solución a base de alcohol o desinfectar sus manos con agua y jabón
2. Con el propósito de favorecer el distanciamiento, se harán turnos de alimentación para todas las personas empleadas.
3. Todo el equipo existente del comedor (hornos de microondas, refrigerador, cafeteras, mesas, sillas y otros) se deberán limpiar antes y después de cada turno de alimentación
4. En la fila para calentar los alimentos, se deberá mantener la distancia exigida en todo momento.
5. Se evitará compartir alimentos o utensilios sin antes haberlos lavado. El aforo será del 50% de su capacidad.
6. Utilizar protección respiratoria en los momentos donde no se ingieran alimentos.

En todo momento se mantendrá la distancia.

5.14- Personas con factores de riesgo

Deberá existir una identificación clara de las personas que laboran en el área de construcción y que cuentan con algún factor de riesgo definido en el apartado 3.4 de este documento, y tomar previsiones tales como:

- El reforzamiento del equipo de protección personal en las diversas labores existentes, que no permitan un distanciamiento de 2 metros.
- Prestar especial atención en caso de notar decaimiento, sudoración excesiva, falta de respiración, dificultad para respirar o bien encontrarse durante el transcurso del día laboral con síntomas de resfriado o temperatura corporal de más de 38 grados Celsius.

(Nota: recordar que antes de ingresar a las oficinas, puede aplicarse el protocolo de toma de temperatura como primer filtro)

6.- Manejo de residuos ante el COVID-19:

6.1- Recolección y disposición de desechos:

Para la recolección de desechos y los desechos generados por la desinfección de los lugares del centro de trabajo, durante el estado de emergencia por la pandemia de covid - 19, se seguirán las siguientes indicaciones:

1. Los desechos generados durante la limpieza y desinfección diaria de los centros de trabajo deberán ser clasificados y desechados según los lineamientos del Ministerio de Salud, y su *Reglamento General para la Clasificación y Manejo de Residuos Peligrosos*, especialmente para las áreas de atención al público

(plataformas de servicio, cajas, recepciones y cualquier otra área donde se atienda público).

2. Se deberá cerrar la bolsa de desechos cuando llegue al 80% de su capacidad, para evitar el desborde.
3. Se deberá desechar los productos como guantes, mascarillas y toallas de limpieza, en bolsas plásticas, de acuerdo con el *Reglamento General para la Clasificación y Manejo de Residuos Peligrosos*.

Anexos

Protocolo de lavado de manos

¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1 Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2 Aplique suficiente jabón



3 Frote sus manos palma con palma



4 Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5 Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6 Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7 Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8 Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9 Enjuage abundantemente con agua



10 Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11 Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio de **Salud**

Protocolo de lavado de manos

¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Ministerio
de Salud
Costa Rica



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer
los alimentos



Después de
ir al baño



Antes y después de
cambiar pañales



Después de toser
o estornudar



Después de visitar o atender
una persona enferma



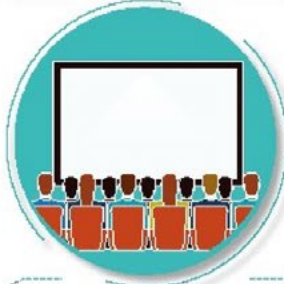
Después de
tirar la basura



Después de utilizar
el transporte público



Después de
estar con mascotas



Luego de estar en
zonas públicas



Después de
tocar dinero o llaves



Después de tocar pasamanos o
manijas de puertas

Protocolo de estornudo y tos

✓ Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ
CON LA PARTE SUPERIOR DEL
BRAZO, HACIENDO UN SELLO
PARA EVITAR SALIDA
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE
CON UN PAÑUELO
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO
EN EL BASURERO,
NO LO LANCE
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA
SI NO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

Otras formas de saludar



No tocarse la cara



CONSTRUYENDO HISTORIA

