

## eurocatalana obres i serveis, S.L.

INFORMACIÓN A TRABAJADORES DE SUBCONTRATAS DE MEDIDAS PREVENTIVAS POR AFECTACIÓN DE COVID-19  
REV01 JULIO 2020

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a los animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas.

El nuevo coronavirus se llama SARS-CoV-2. La enfermedad que causa el SARS-CoV-2 se llama COVID-19. El período de incubación es de 2 a 14 días. Se transmite a través del contacto con animales infectados y con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o la boca. **LOS SÍNTOMAS QUE PROVOCA SON:**

- FIEBRE
- TOS Y ESTORNUDOS
- SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE
- MENOS COMUNES: DIGESTIVOS COMO DIARREA Y DOLOR ABDOMINAL

A continuación indicamos una serie de medidas preventivas a adoptar en el trabajo para evitar el contagio y la afectación del COVID-19.

### **ANTES DE IR A TRABAJAR:**

Ante cualquier sintomatología que pudiera estar asociada con el COVID-19 (fiebre superior a 37,5º, tos, dificultad al respirar, etc.), **NO DEBES IR A TRABAJAR**. Comunícalo a tu empresa, CONTACTA CON EL **061** o con tu Centro de Atención Primaria y sigue sus instrucciones. No debes acudir a tu puesto de trabajo hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti o para los demás.

Si has estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por Covid-19, tampoco debes acudir a tu puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un plazo de al menos 14 días. Durante este periodo, tienes que hacer un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.

TOMA TU TEMPERATURA corporal con un termómetro, si es superior a 37,5º **NO DEBES IR A TRABAJAR**. Avisa a tu responsable y mantente vigilante con la sintomatología. CONTACTA CON EL **061** o con tu Centro de Atención Primaria y sigue sus instrucciones.

### **ACCESO A LA OBRA**

Deberás acceder a la obra manteniendo la DISTANCIA DE SEGURIDAD DE **1,5 METROS**.

A la entrada a la obra deberás disponer de los EPIS de protección ante el contagio entregados por tu empresa (mascarilla respiratoria, guantes, gafas, etc.). A tu llegada AVISA AL ENCARGADO DE LA OBRA PARA QUE TE INFORME DE LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD Y REGISTRE TU ACCESO A LA OBRA.

No podrá acceder al vestuario más de un trabajador si no se mantiene la DISTANCIA DE SEGURIDAD DE **1,5 METROS**.

No saludes a otras personas dándoles la mano, abrazos o similares que impliquen contacto corporal.

Antes de empezar a trabajar **LÁVATE LAS MANOS Y COLÓCATE GUANTES** apropiados al trabajo a realizar. EVITA TOCARTE LA CARA en todo momento.

### **DURANTE LA JORNADA DE TRABAJO**

**En todo momento DEBERÁS HACER USO DE LA MASCARILLA** respiratoria cubriéndote la boca. Procura mantener siempre que sea posible con otros trabajadores una DISTANCIA DE SEGURIDAD DE **1,5 METROS**.

NO COMPARTAS EQUIPOS DE TRABAJO como arneses, protectores auditivos u oculares.

UTILIZA SIEMPRE GUANTES SI TIENES QUE COMPARTIR HERRAMIENTAS CON OTROS TRABAJADORES.

Antes de cambiar de usuario, al iniciar y al acabar la jornada, y ante cualquier máquina que suministren en obra se deberá DESINFECTAR LOS ASIDEROS con líquido desinfectante.

## **PAUSAS Y DESCANSOS**

Sólo se permitirá el acceso al comedor de la obra para recoger y calentar la comida, siempre deberás MANTENER LA DISTANCIA DE SEGURIDAD DE **1,5 METROS** con otros trabajadores. NO SE PERMITIRÁ COMER EN EL INTERIOR.

**Respetar las indicaciones de aforo máximo permitido de los espacios comunes.**

Ventila frecuentemente los espacios comunes.

## **SALIDA DE LA OBRA**

DESINFECTA al final de la jornada las zonas comunes y los agarraderos de las máquinas y herramientas, con LEJÍA DILUIDA EN AGUA.

En este orden, LÁVATE LAS MANOS EN PROFUNDIDAD, QUÍTATE LA MÁSCARILLA, LA ROPA DE TRABAJO Y LOS GUANTES.

MANTÉN LIMPIA LA ROPA DE TRABAJO Y LOS EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL.

Al llegar casa, LAVA LA ROPA LA ROPA DE TRABAJO utilizando la lavadora mediante programas largos, con agua caliente y evitando cargar en exceso.

## **HIGIENE PERSONAL**

LÁVATE FRECUENTEMENTE LAS MANOS con agua y jabón o solución hidroalcohólica.

CÚBRETE LA NARIZ Y LA BOCA AL ESTORNUDAR O TOSER, con un pañuelo desechable. Deposita el pañuelo desechable después de cada uso en una papelera con tapa.

EVITA TOCARTE OJOS, NARIZ Y BOCA.

NO FUMES BEBAS O COMAS SIN LAVARTE PREVIAMENTE LAS MANOS.

## **LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN**

Para la limpieza y desinfección utiliza lejía diluida con agua. Esta dilución se prepara de la siguiente forma:

Coge 20 mililitros de la lejía doméstica, échalos en una botella de 1 litro y llena con el agua del grifo hasta completar. Cierra y dale la vuelta varias veces.