

ÍNDICE

1. Obxecto e validez
2. Medidas de protección persoal
3. Medidas de hixiene, limpeza e ventilación
 - a. Hixiene
 - b. Limpeza e desinfección
 - c. Ventilación
4. Medidas de carácter organizativo
5. Outras medidas relativas á organización do traballo
6. Distancia de seguridade
7. Medidas sobre o uso da máscara
8. Equipos de protección individual
9. Persoal especialmente sensible
10. Xestión de casos COVID-19

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

1. OBXECTO E VALIDEZ

A presente Guía ten como obxectivo determinar as condicións dos centros e lugares de traballo, e as medidas preventivas e de protección necesarias fronte á propagación da COVID-19, para o desenvolvemento das actividades presenciais que se realizan na USC.

As medidas preventivas relacionadas nesta Guía están orientadas á protección fronte á propagación da COVID-19 e en ningún caso substitúen as avaliacións de riscos dos centros da USC, que establecen as medidas a adoptar en cada posto de traballo para prevención dos riscos laborais. Igualmente seguen sendo de cumprimento obrigado as distintas normas de seguridade elaboradas para control dos riscos de determinadas actividades.

A obrigada adaptación á evolución da crise sanitaria e ás revisións da documentación legal e técnica de referencia fai que esta Guía estea suxeita a unha permanente actualización.

2. MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSOAL

- De forma xeral, procurará manterse a distancia de seguridade interpersoal nas interaccións entre as persoas no centro, sen prexuízo de que se poida facer unha ocupación do 100% da capacidade dos seus espazos.
- Recoméndase o uso da máscara en espazos pechados nos que as persoas transitan ou permanecen durante tempo prolongado, como as aulas, laboratorios, etcétera.
- Evitar o saúdo con contacto físico. Non dar a man nin bicarse.
- Respetar as normas de etiqueta respiratoria: cúbrase a boca ao tusir e esberrar cun pano desbotable ou, na súa falta, coa parte interna do cóbado.
- Lavar/desinfectar as mans á entrada e saída de lugares de traballo e antes e despois de tocar superficies ou obxectos de uso compartido. Se as mans están sucias, lavalas con auga e xabón antes de usar xel desinfectante.

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

- Depositar o material hixiénico dun só uso na bolsa de lixo posta en recipiente que se habilite ao efecto.
- Minimizar o contacto das mans coa boca, ollos e nariz a menos que se lавaran previamente.
- Evitar compartir ferramentas, materiais, utensilios de traballo ou calquera tipo de obxecto.
- No caso de utilizar material de uso común, desinfectar as mans antes e despois do seu uso.
- Recomendase utilizar as escaleiras de forma preferente aos ascensores.
- Reforzar as medidas de hixiene persoal en ambientes de traballo e en calquera escenario de exposición.

3. MEDIDAS DE HIXIENE, LIMPIEZA E VENTILACIÓN

a) Hixiene

- Contar permanentemente con dispensadores de xel hidroalcohólico para hixiene das mans. Colocaranse á entrada do centro e nas distintas dependencias nas que se realice algunha actividade que implique contacto con superficies ou obxectos de uso compartido.
- Contar permanentemente, en todos os aseos, con dispensadores de xabón para lavar as mans, panos dun só uso, papel hixiénico e cubos con tapa, apertura de pedal e bolsas do lixo de plástico.
- Contar con kits de autolimpeza en aulas e todos os recintos onde se compartan materiais e superficies para a súa utilización polas persoas usuarias.
- Dispor de papeleiras, con bolsas de lixo de plástico, que se limparán frecuentemente, para depositar o material dun só uso.
- Contar con máscaras cirúrxicas por se alguén presentara síntomas de COVID-19.

b) Limpeza e desinfección

- Limpar e desinfectar lugares de traballo, lugares de uso común, instalacións e equipos de traballo.

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

- Limpar máis a miúdo e con especial atención as superficies de contacto frecuente.
- A limpeza efectuarase diariamente e reforzarse naqueles espazos que o precisen pola súa intensidade de uso, como os aseos.
- Limpar cada área de traballo utilizada en cada cambio de quenda ou xornada.
- Para desinfección, utilizaranse desinfectantes como dilucións de lixivia (1:50) preparada no momento ou calquera dos desinfectantes con actividade virucida autorizados e rexistrados.
- Os traballadores/as deberán manter limpos os seus obxectos e utensilios de traballo persoais, como teléfono e dispositivos electrónicos.
- Cada centro determinará e supervisará, en cada momento, as necesidades de limpeza e desinfección en función dos postos de traballo e zonas comúns utilizadas e da súa intensidade de uso, e comunicaraas á Xerencia no caso de precisar axustes no servizo de limpeza contratado.
- No caso de que se empreguen uniformes ou roupa de traballo, procederáse ao lavado e desinfección regular destes, seguindo o procedemento habitual.
- O persoal externo do servizo de limpeza deberá acreditar información/formación sobre á COVID-19 para realización das súas tarefas.

c) Ventilación

- Ventilar frecuentemente as dependencias do centro.
- Como mínimo, ventilaranse diariamente ao inicio e ao final da xornada e ao final de cada uso. Durante dez minutos, ou quince se o espazo estaba ocupado previamente.
- Sempre que as condicións climáticas e a temperatura o permitan, manteranse abertas as portas e ventás das estancias durante as actividades que se realicen, para facilitar a máxima ventilación.
- Evitar a recirculación do aire e reforzar a limpeza dos filtros de aire.
- En lugares de traballo de tipo administrativo, ademais da ventilación ao inicio, final de xornada e cambio de quenda realizarase unha ventilación, como mínimo, cada dúas horas.

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

- Nas aulas, ademais de ventilar antes e despois da xornada e nos cambios de clase, realizarase unha ventilación cada hora durante polo menos 10 minutos.
- Para verificar se a ventilación é suficiente ou fose preciso incrementala debese seguir o [Protocolo para comprobar o estado da ventilación en recintos pechados mediante a medición de dióxido de carbono \(CO₂\)](#).

4. MEDIDAS DE CARÁCTER ORGANIZATIVO

- Evitar na medida do posible as aglomeración masivas de persoas nos accesos e zonas comúns dos centros durante as franxas horarias de previsible maior afluencia.
- Se o lugar de traballo é compartido por máis de unha persoa, procurará organizarse o espazo, mobiliario e zonas de uso común de forma que se poida manter a distancia de seguridade interpersoal.
- No caso de utilización do mesmo posto de traballo en quendas distintas, limpar e desinfectar as superficies de traballo, equipos e materiais antes de cada cambio de quenda.
- En relación coas actividades de atención ao público:
 - o Os postos de traballo destinados expresamente para atención ao público contarán con elementos separadores, como anteparos de metacrilato ou similares.
 - o Para atención de persoas en despachos, ordenaranse as mesas e asentos de tal forma que se poida manter en todo momento a distancia de seguridade.
 - o Utilizar caixas ou bandexas para que os usuarios/as depositen nelas os documentos evitando así o contacto directo.
 - o Limpar e desinfectar as mans e superficies de traballo despois de cada persoa atendida.
 - o De ser preciso, para evitar agrupamentos de persoas e manter a distancia de seguridade en todo momento, ordenar a entrada, saída e permanencia dos usuarios/as no lugar de atención ao público.

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

5. OUTRAS MEDIDAS RELATIVAS Á ORGANIZACIÓN DO TRABALLO

Terán a consideración de medidas preventivas fronte á propagación da COVID-19 aquelas relativas ó organización do traballo (traballo non presencial, semipresencial, quendas, etc.) que de ser o caso se tiveran que implementar, de acordo cos criterios establecidos na normativa interna da USC, coa finalidade de limitar a mobilidade ao mínimo imprescindible e minimizar o contacto entre persoas que poidan concorrer nos centros, lugares e postos de traballo.

6. DISTANCIA DE SEGURIDADE

Como norma xeral, na organización das distintas actividades deberanse adoptar as medidas necesarias para garantir a distancia interpersonal mínima de 1,5 metros, establecida pola Lei 2/2021, do 29 de marzo, de medidas urxentes de prevención, contención e coordinación para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19, entre grupos de persoas non conviventes. Todo iso sen prexuízo de que se poida facer unha ocupación do 100% da capacidade dos centros da USC.

Cando, polas condicións de desenvolvemento da actividade e capacidade máxima autorizadas en cada caso, non sexa posible manter a dita distancia de seguridade, observaranse as medidas de prevención e hixiene adecuadas para evitar os riscos de contaxio, sen prexuízo de que se deba procurar manter a máxima separación posible entre os diferentes grupos de persoas non conviventes, así como o debido control para evitar as aglomeracións.

7. MEDIDAS SOBRE O USO DA MASCARA

- Deberan usar de forma constante a máscara as persoas que sexan casos sospeitosos ou confirmados da Covid-19 ata transcorridos 10 días despois da aparición dos síntomas ou do diagnóstico.

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

- Será obrigatorio o uso de máscara nos servizos da USC que teñan consideración de establecemento sanitario (Servizo de Vixilancia de Saúde, Servizos de Odontoloxía, Servizo de Óptica e Optometría e outros servizos con atención sanitaria directa a usuarios).
- Será obrigatorio o uso da máscara para os traballados de medios de trasporte de persoas (condutores, parque móbil,...).
- O Servizo de Prevención de Riscos da USC, previa avaliación da singularidade dun posto de traballo, poderá establecer a obrigatoriedade do uso da máscara nos termos previstos na exposición de motivos do Real decreto 286/2022, de 19 de abril.
- Recoméndase especialmente o uso da máscara para os membros da comunidade universitaria (persoal e estudantado) que pertencen aos colectivos definidos como grupos vulnerables polo Ministerio de Sanidade.
- Co fin de facer efectivas as previsións indicadas nos parágrafos anteriores, a USC proverá o seu persoal, a través da Oficina COVID19, de máscaras de protección tipo FFP2.
- Tendo en conta a singularidade das actividades que desenvolve a USC, recoméndase o uso da máscara en espazos pechados nos que as persoas transitan ou permanecen durante tempo prolongado, como as aulas, laboratorios, etcétera.

8. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

No caso de postos de traballo que se consideren de exposición en relación coa COVID-19, as avaliacións de riscos específicas que se realicen determinarán os equipos de protección individual a utilizar.

Procedera o uso de máscara FFP2 ou FFP3 UNE-EN149, sen válvula de exhalación, naquelas actividades establecidas na normativa ou na avaliación de riscos correspondente.

Se así o determinara a valoración do Servizo de Vixilancia da Saúde, para protección do persoal especialmente sensible, facilitarase protección respiratoria FFP2 UNE-EN149 sen válvula de exhalación e luvas de protección UNE-EN ISO374.5.

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

Para evitar contaxios, os casos posibles, probables ou confirmados de COVID-19 deben levar, preferentemente, máscara cirúrxica (UNE-EN 14683:2019+AC:2019). As persoas que poidan acompañar á que presentara síntomas COVID-19 tamén levarán máscara cirúrxica, ou FFP2 no caso de que a persoa con síntomas non puidese levar máscara.

No caso de uso de máscara deben seguirse as seguintes pautas:

- Antes de poñela, lavar as mans con auga e xabón ou desinfectante de base alcohólica.
- Cubrir a boca e a nariz asegurándose de que non haxa espazos entre a cara e a máscara.
- Evitar tocar a máscara mentres se usa.
- Quitala por detrás, sen tocar a parte dianteira.
- Depositala nos contedores habilitados para recollida de material dun só uso.
- Despois de tirala, lavar as mans con auga e xabón ou desinfectante de base alcohólica.
- Se fose de máis dun uso, límpala e desinfectala seguindo as recomendacións do fabricante

No caso de que se usasen luvas de protección debe terse en consideración:

- Despois de cada utilización deben quitarse, evitando tocar a súa parte externa e depositarse no contedor habilitado para material dun só uso.
- Mentres se estean utilizando hai que ser conscientes de que, aínda que nos protexan a pel das mans, podemos estar trasladando igualmente a contaminación desde as superficies posiblemente contaminadas a outras ás que toquemos coas luvas.
- Se se utilizan as luvas durante tempo prolongado, realizando distintas tarefas e tocando distintos obxectos e superficies, habería que lavar as mans como se non se levasen luvas.
- Hai que lavar/desinfectar as mans despois de desbotar as luvas.

9. PERSOAL ESPECIALMENTE SENSIBLE

Considéranse persoas vulnerables (especialmente sensibles a efectos de prevención de riscos laborais): aquelas persoas de 60 anos ou máis, inmunodeprimidos por causa intrínseca ou extrínseca e embarazadas.

GUÍA DE ACTUACIÓN FRONTE Á COVID-19 DA USC

Edición: 60

Data: 20/04/2022

O traballador/a que pertenza a un destes colectivos poderá poñerse en contacto co Servizo de Vixilancia da Saúde por correo electrónico (Lugo: mariaangeles.sandar@usc.es, Santiago: angeles.tallon@usc) ou de xeito telefónico nos seguintes números: Santiago: 881 814520 (Extensións 14520 e 33331) Lugo: 982 822 444 (Extensións 22444 e 22446).

Corresponde ao Servizo de Vixilancia da Saúde avaliar a presenza de persoal da USC especialmente sensible en relación coa infección por SARS-CoV-2, establecer a natureza de especial sensibilidade e emitir informe sobre as medidas de prevención, adaptación e protección, tendo en conta a existencia ou inexistencia de condicións que permitan realizar o traballo sen elevar o risco propio da condición de saúde do traballador/a.

10. XESTIÓN DE CASOS COVID-19

O persoal que sexa caso sospeitoso ou confirmado por COVID-19, de conformidade co protocolo de [Vixilancia e control do SARS-CoV-2 na etapa de transición en Galicia](#), vixente actualmente, deberá seguir as recomendacións para casos sospeitosos ou confirmados:

- [Recomendacións para casos confirmados da COVID-19](#)
- [Recomendacións para casos sospeitosos da COVID-19](#)

No suposto de que a intensidade dos síntomas lle dificulte a súa actividade diaria ou traballe con grupos vulnerables, quedará no domicilio ata que mellore. Neste caso, deberá comunicalo á Oficina de Xestión COVID-19 por correo electrónico (<mailto:info.coronavirus@usc.gal>), coa maior brevidade posible, achegando unha declaración responsable, conforme o establecido no [Protocolo para xestión de casos COVID-19 na USC](#).