

 <b>UCLM</b> <small>UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA</small>  Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 1 de 50
<b>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</b>		

## BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS

### GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.

REVISIÓN	FECHA	MODIFICACIONES
0	20/04/2020	Borrador inicial
	05/05/2020	Ratificado por el Comité de seguridad y salud y por la Comisión de seguimiento COVID-19 de la UCLM.

ELABORADO POR:	RATIFICADO POR:
Servicio de Prevención y Medio Ambiente de la UCLM (SPMA).  Fecha: 20/04/2020	Comité de Seguridad y Salud Comisión de seguimiento COVID-19  Fecha: 05/05/2020

Este protocolo está en revisión permanente en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) y de las nuevas medidas excepcionales decretadas por las autoridades sanitarias y el Consejo de Dirección de la UCLM. En caso de discrepancia o cambio de criterio, se estará a lo establecido por las autoridades sanitarias en la última actualización disponible.

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 2 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

## ÍNDICE

1. Introducción
2. Objeto
3. Definiciones
4. Identificación del riesgo
5. Niveles de exposición en el entorno laboral
  - 5.1 Medidas preventivas aplicables a los colectivos encuadrados en el grupo de exposición de riesgo laboral bajo por trabajo “no presencial” por coronavirus
  - 5.2 Medidas preventivas aplicables a los colectivos encuadrados en el grupo de exposición de “contagio laboral” por coronavirus
6. Acciones para la prevención del contagio y minimizar la propagación de la enfermedad
  - 6.1 Acciones divulgativas
  - 6.2 Acciones higiénicas
    - 6.2.1 Higiene personal
    - 6.2.2 Higiene de los espacios y equipos de trabajo
    - 6.2.3 Ventilación natural y forzada de espacios
    - 6.2.4 Ingesta de alimentos y bebidas en los lugares de trabajo
  - 6.3 Acciones carácter organizativo
    - 6.3.1 Planificación de tareas y procesos
    - 6.3.2 Limitación de aforo de los espacios
    - 6.3.3 Regulación de los accesos y la circulación en los edificios
  - 6.4 Acciones de protección personal
  - 6.5 Consideración finales adicionales

## ANEXOS

- ANEXO 1. Instrucción sobre divulgación.
- ANEXO 2. Instrucción sobre equipos de protección individual y equipos de protección personal.
- ANEXO 3. Instrucción sobre limpieza y desinfección.
- ANEXO 4. Instrucción para la reincorporación sucesiva.
- ANEXO 5. Instrucción sobre accesibilidad y circulación.
- ANEXO 6. Instrucción sobre protección de trabajadores especialmente sensibles al SARS-CoV-2.
- ANEXO 7. Protocolo de actuación ante una sospecha de infección por SARS-CoV-2.
- ANEXO 8. Medidas preventivas para el personal de contrata externas.
- ANEXO 9. Buenas prácticas preventivas en la gestión de residuos.
- ANEXO 10. Buenas prácticas preventivas sobre trabajos de investigación.
- ANEXO 11. Buenas prácticas preventivas sobre viajes y trabajos de campo.
- ANEXO 12. Buenas prácticas preventivas sobre teletrabajo.
- ANEXO 13. Buenas prácticas preventivas sobre ida y vuelta del trabajo.
- ANEXO 14. Organización de actos públicos y cesión de espacios a terceros.

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 3 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

*Sábete, Sancho, que no es un hombre más que otro, si no hace más que otro. Todas estas borrascas que nos suceden son señales de que presto ha de serenar el tiempo y han de sucedernos bien las cosas, porque no es posible que el mal ni el bien sean durables, y de aquí se sigue que, habiendo durado mucho el mal, el bien está ya cerca.*

*Miguel de Cervantes.*

*Don Quijote de la Mancha. Primera parte, capítulo XVIII<sup>1</sup>.*

<sup>1</sup> [https://cvc.cervantes.es/literatura/clasicos/quijote/edicion/parte1/cap18/cap18\\_04.htm#np86n](https://cvc.cervantes.es/literatura/clasicos/quijote/edicion/parte1/cap18/cap18_04.htm#np86n)

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 4 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

## 1. Introducción.

Para facilitar que, una vez finalizada la alerta sanitaria, la UCLM recupere la normalidad en su funcionamiento lo antes posible, resulta fundamental mantener la capacidad de respuesta adaptando sus actividades a las pautas y recomendaciones emitidas por las autoridades competentes para limitar contagios en el entorno laboral y académico, sobre la base de la evaluación del riesgo de exposición llevada a cabo en función de la naturaleza de las actividades y los mecanismos de transmisión de la COVID-19.

Estas acciones quedan enmarcadas dentro de las obligaciones establecidas en el Real Decreto 664/1997, sobre protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos y el documento "Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-CoV-2)" realizado por el Ministerio de Sanidad permanentemente actualizado<sup>2</sup>.

Es probable que la transmisión del nuevo coronavirus no se pueda eliminar a corto plazo y que se originen brotes recurrentes durante los próximos meses, dada su gran transmisibilidad. Algunas personas pasan la infección sin síntomas, y otras lo pueden transmitir algunos días antes de tenerlos.

Hasta que se hagan estudios masivos de seroprevalencia, se desconoce el porcentaje de población inmunizada. Sólo a medida que haya más población protegida por haber pasado la infección y, posteriormente, por el impacto de la vacunación, cuando esté disponible, disminuirá el riesgo de que haya nuevos brotes.

La UCLM promoverá la realización de pruebas a sus trabajadores, con el asesoramiento de la comisión de seguimiento covid19 de la UCLM, y de acuerdo con la normativa establecida por las autoridades sanitarias.

Sin embargo, la vuelta a la normalidad será lenta y progresiva, y una vez termine el estado de alarma, el proceso debe llevarse a cabo de forma escalonada de manera que los trabajadores deberán reincorporarse a sus puestos de trabajo de forma gradual. La UCLM diseñará una estrategia de reincorporación sucesiva de la plantilla teniendo en cuenta su perfil de riesgo y estableciendo varias fases de reincorporación en función de las instrucciones de las autoridades sanitarias.

Las medidas preventivas adoptadas se orientan a incrementar los niveles de protección de los trabajadores de la UCLM con el fin de limitar su contacto accidental con alguna persona contagiada por el coronavirus SARS-CoV-2. Estas medidas están diseñadas para contribuir a limitar la propagación de contagios.

Actualmente hay cierto desconocimiento acerca de lo que se ha de hacer en la situación de desconfinamiento gradual, de forma que este documento, asimilable a un plan de contingencia, se ha de entender como una propuesta de medidas a adoptar por la Universidad para prepararse para reiniciar la actividad presencial en las dependencias universitarias, que no constituye una lista cerrada. Su implantación se hará en función de la evolución de la situación de emergencia consecuencia de la alerta sanitaria asociada al SARS-CoV-2, y en coherencia con la información publicada por las autoridades y organismos competentes, así como de su incidencia en la Universidad. Será algo dinámico adaptado en todo momento a las directrices marcadas por el Ministerio de Sanidad

**Es responsabilidad de todos los trabajadores contribuir al cumplimiento estricto de las medidas de protección implantadas, encaminadas a controlar y reducir la transmisión de la COVID-19.**

Los contenidos y soluciones propuestas en este documento (en particular el apartado 6 y los anexos) son el resultado del trabajo colaborativo y criterios compartidos con otros servicios de prevención y técnicos cualificados. Servicios de prevención de la alianza de servicios de prevención de riesgos laborales (PRL) de

<sup>2</sup><https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 5 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

las universidades de Burgos, Politécnica de Valencia, Pompeu Fabra, Rovira i Virgili, de Sevilla, Nacional de Educación a Distancia (UNED) y de Zaragoza, de la que la UCLM forma parte.

Además, han colaborado Javier Ruiz Pérez, técnico superior de PRL de la Mutua de Accidentes de Trabajo y Enfermedades profesionales FREMAP, y Ciro Salcines Suárez, técnico superior de PRL de la Universidad de Cantabria. Sus aportaciones como expertos en los apartados relativos a los medios de protección individual y personal han sido muy valiosas. La UCLM tiene un convenio de colaboración con la Universidad de Cantabria, FREMAP y el IDIVAL que ampara este tipo de actuaciones.

También ha sido de gran utilidad la colaboración dentro del grupo de trabajo de PRL de CRUE-Sostenibilidad que tiene canales de comunicación y trabajo en común desde hace tiempo y que genera documentación técnica relacionada con la PRL en el ámbito universitario.

## 2. Objeto.

El objeto de este documento es definir las acciones internas mediante las cuales la UCLM protocoliza la actuación ante la alerta sanitaria asociada al coronavirus SARS-CoV-2, de manera alineada con las recomendaciones de la OMS y las autoridades sanitarias, tanto estatales como autonómicas, con el fin de garantizar la seguridad y salud de las personas que van a trabajar de forma presencial en los espacios de la UCLM.

Dada la extrema facilidad de transmisión del virus, la situación epidemiológica general, la previsible evolución desfavorable del escenario, teniendo en consideración el denominado principio de precaución, resulta necesario mantener este protocolo en revisión permanente, para adaptarlo o revisarlo según evolucione la enfermedad, tanto a nivel epidemiológico como por los nuevos conocimientos científicos acerca de la COVID 19.

Afecta a todos los que tienen relación laboral con la UCLM, personal de administración y servicios (PAS) personal investigador (PI) o personal docente e investigador (PDI).

Los trabajadores o investigadores extranjeros o de otras entidades o instituciones que visitan los centros de la UCLM deberán contar con los medios de protección oportunos. El responsable de su actividad se encargará de que se cumplen los protocolos y buenas prácticas preventivas establecidos.

Los responsables de alumnos en prácticas docentes, proyectos, TFG o cualquier otra actividad que se deba desarrollar en instalaciones de la UCLM, deberán asegurarse de que se cumplen los protocolos y buenas prácticas preventivas establecidos.

## 3. Definiciones.

**Coronavirus SARS-CoV-2:** Es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se detectó por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. Por analogía con otras infecciones causadas por virus similares, se transmite por contacto directo con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o los estornudos de una persona contagiada. Así, estas secreciones infectarían a otra persona si entraran en contacto con la nariz, los ojos o la boca de esta persona.

**COVID-19:** acrónimo derivado del inglés COronaVirus Disease y el año en que se describió. Enfermedad que produce el coronavirus SARS-CoV-2, con un período de incubación de entre 2 y 14 días. La mayoría de las personas van a tener síntomas leves similares a una gripe como malestar general, anosmia, dolor de cabeza, problemas intestinales, fiebre o tos. En los casos moderados puede producir sensación de falta de aire, y en los más graves la infección puede causar neumonía y otras complicaciones respiratorias o cardíacas. Actualmente no hay un tratamiento específico, pero sí para controlar los síntomas.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 6 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

**Comunidad universitaria:** Cualquier miembro del colectivo de estudiantes, del colectivo docente e investigador, del colectivo de personal investigador y del colectivo de personal de administración y servicios de la UCLM.

**Medidas preventivas:** Medidas que se estiman adecuadas, dirigidas a preservar la seguridad y salud de las personas, con la finalidad de evitar perjuicios mayores.

**Zonas de riesgo:** Zonas con evidencia de transmisión comunitaria del SARS-CoV-2 identificadas por la autoridad competente.

**Caso confirmado:** caso que cumple criterio de laboratorio (prueba serológica o PCR positiva siguiendo los criterios del servicio de microbiología). Se enviarán al Centro Nacional de Microbiología del Instituto de Salud Carlos III al menos las muestras de los pacientes confirmados con curso atípico de la enfermedad o de especial gravedad. En cualquier caso, se estará a lo que indiquen las instrucciones de la autoridad sanitaria.

**Caso probable:** caso con criterio clínico y radiológico de neumonía bilateral intersticial compatible con un diagnóstico de COVID-19 al que no se ha realizado una prueba de diagnóstico microbiológico o caso cuyo resultado de laboratorio para SARS-CoV-2 no es concluyente.

**Caso descartado:** caso cuyo resultado de laboratorio para SARS-CoV-2 es negativo.

**Caso posible:** caso con infección respiratoria aguda leve al que no se le ha realizado prueba de diagnóstico microbiológico.

**Contacto estrecho:** persona que ha estado en contacto con un caso confirmado, habiéndose producido éste a una distancia menor de 2 metros, durante un tiempo de al menos 15 minutos y sin haber utilizado durante el contacto equipos de protección individual adecuados. El caso confirmado puede ser un miembro de su familia, un compañero de trabajo u otro tipo de contacto físico similar.

**Público:** Cualquier persona, pertenezca o no a la comunidad universitaria, sin relación laboral regulada en el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores, o sin relación de carácter administrativo o estatutario del personal al servicio de las Administraciones Públicas.

**Grupos con mayor riesgo por COVID 19<sup>3</sup>:** Se consideran personas vulnerables aquellas que presentan patologías cardiovasculares, hipertensión arterial, diabetes, enfermedad pulmonar crónica, inmunodeficiencias, procesos oncológicos en tratamiento activo, debiendo valorarse si esas patologías están controladas o descompensadas o con 2 o más comorbilidades. Todo ello debe conjugarse con los niveles de riesgo de las tareas a realizar.

Respecto a las mujeres embarazadas deben conjugarse la existencia o no de complicaciones y/o comorbilidades así como los referidos niveles de riesgo.

Por último, en referencia a la edad, las personas mayores de 60 años sin patología no se consideran trabajadores especialmente sensibles de manera general. En los casos en que presenten alguna de las patologías señaladas en función de que estén controladas o estén descompensadas, tras el estudio pertinente por el servicio de prevención (vigilancia de la salud) e informe al respecto, serían subsidiarios de IT previa valoración del caso por el médico responsable de emitir la IT.

En base a estos criterios del Ministerio de Sanidad<sup>4</sup>, deberemos considerar en estos grupos de vulnerabilidad, su condición de especial sensibilidad (art. 25 de la Ley 31/1995 de PRL) y, si procede, tomar acciones para evitar la exposición, evitando el riesgo o limitándolo suficientemente, mediante la utilización de medios de protección colectiva o la adopción de medidas de organización del trabajo.

<sup>3</sup> Actualización a 15 de abril de 2020 de las instrucciones aclaratorias relativas al nuevo procedimiento de remisión de partes de los servicios públicos de salud (SPS) por coronavirus. Ministerio de Sanidad.

<sup>4</sup> <https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 7 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

#### 4. Identificación del riesgo.

Las características de mortalidad y transmisibilidad del nuevo virus SARS-CoV-2 hacen de este agente biológico un factor de riesgo mucho más grave que cualquier infección respiratoria común, tales como el catarro o la gripe estacional.

El virus SARS-CoV-2 pertenece a la familia Coronaviridae, que en el anexo II del RD 664/1997 aparece clasificada en el grupo 2. No obstante, este nuevo virus, atendiendo a la propia clasificación del RD 664/1997, puede considerarse como un agente biológico del grupo 3 atendiendo a criterios legales y técnicos<sup>5</sup>.

Para que una enfermedad infecciosa se propague debe haber una fuente de infección, una vía de transmisión (en el caso de las enfermedades respiratorias, hay dos vías, la vía directa, entre personas a través de los fluidos que provienen de la tos o estornudo de la persona afectada y que quedan suspendidas en el aire hasta cierta distancia, y la vía indirecta, desde objetos y superficies contaminados con dichos fluidos) y un destinatario.

Los factores de riesgo que hay que minimizar y controlar actualmente para evitar la propagación son:

- 1) Evitar que cualquier trabajador de la UCLM pueda entrar en contacto, directo o indirecto, con personas que cumplan con alguna de las siguientes condiciones:
  - 1.1. Que presente un cuadro clínico compatible con una infección respiratoria aguda: tos seca, fiebre y dificultades respiratorias.
  - 1.2. Que haya estado en contacto con un caso probable o confirmado de contaminación por coronavirus SARS-CoV-2.
- 2) Evitar que cualquier trabajador de la UCLM pueda entrar en contacto, directo o indirecto, con los objetos contaminados con secreciones y fluidos de las personas que cumplan los criterios del apartado anterior.

#### 5. Niveles de exposición en el entorno laboral.

A partir de la resolución del Rector de fecha 13/03/2020 y el Protocolo de actuación de la Universidad de Castilla-La Mancha ante la alerta sanitaria por la COVID-19 revisado de fecha 13/03/2020, referentes a la jornada, permisos y organización del trabajo con motivo de la COVID-19, se suspende temporalmente la actividad laboral presencial de los empleados públicos, salvo la imprescindible para prestar los servicios esenciales y críticos dentro de la actividad de la Universidad de Castilla la Mancha.

Teniendo en cuenta la naturaleza de las actividades a desarrollar en la UCLM y los mecanismos de transmisión del coronavirus SARS-CoV-2, se actualiza y modifica en el presente documento los grupos de riesgo (colectivos) en los que se puede agrupar, a fecha de hoy, el personal de plantilla de la UCLM:

<sup>5</sup> Puede provocar una enfermedad grave y constituir un serio peligro para los trabajadores. Probable riesgo de propagación a la colectividad. Dispone de profilaxis (conjunto de medidas para evitar la propagación) o tratamiento eficaz.

El Advisory Committee on Dangerous Pathogens del Health and Safety Executive en su publicación *The Approved List of biological agents 2004*, clasifica este virus en el grupo 3.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 8 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

Exposición de riesgo de “contagio laboral” por coronavirus.	Exposición de riesgo laboral por trabajo “no presencial” por coronavirus.
Personal que deba prestar servicios presenciales en la UCLM, en cualquiera de sus modalidades, bien sea de manera continuada, puntual o flexible.	Personal de la UCLM que debe permanecer en su casa y que, por lo tanto, únicamente prestará servicios de teletrabajo, previa autorización y bajo las directrices de su correspondiente responsable de unidad, departamento, etc.

En general, en los edificios y campus de la UCLM, a pesar de la naturaleza de las actividades habituales, en las que no se identifican puestos de trabajo en los que exista riesgo de exposición profesional deliberada al SARS-CoV-2; no se puede descartar, dados los mecanismos de transmisión del nuevo coronavirus, un **riesgo excepcional de contagio de las personas trabajadoras** que desarrollen su actividad presencialmente en las dependencias universitarias.

De acuerdo con los criterios de aplicación, se establece un escenario de riesgo de baja probabilidad de exposición para los puestos de trabajo que no tienen atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que eviten el contacto (por ejemplo, mamparas). Este escenario está previsto para aquellas situaciones laborales en las que la relación que se pueda tener con un caso posible, probable o confirmado de COVID-19, no incluya contacto estrecho.

Por todo ello, en lo posible, es necesario implantar medidas que eviten o disminuyan este riesgo residual, siguiendo las directrices acordadas y recomendadas por las Autoridades Sanitarias, ya que, si se está contagiado o se es un caso sospechoso, en ningún caso se debe acudir a trabajar, y, además, en la UCLM no se trata directamente con enfermos ni se manejan muestras vivas del virus (nivel 3 de contención biológica).

### 5.1 Medidas preventivas aplicables a los colectivos encuadrados en el grupo de exposición de riesgo laboral bajo por trabajo “no presencial” por coronavirus.

En tanto en cuanto las autoridades sanitarias no modifiquen y/o levanten las restricciones laborales y sociales por COVID-19, el Servicio de PRL de la UCLM, siguiendo las directrices del documento “Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-CoV-2)” realizado por el Ministerio de Sanidad y permanentemente actualizado<sup>6</sup>, las medidas preventivas generales para garantizar la separación entre trabajadores frente a COVID-19 del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), de fecha 9/4/2020, así como la Guía de buenas prácticas en los centros de trabajo, de fecha 11/4/2020, elaborada por el Ministerio de Sanidad, establece medidas organizativas y de carácter colectivo e individual para la protección de los trabajadores de la Institución.

Este documento define medidas de prevención, adaptación y protección, que pueden permitir condiciones de trabajo óptimas, pero que no evitan el riesgo inherente a la condición de salud del trabajador. Se aplicarán a aquellos trabajadores de la UCLM que previamente sean autorizados por sus responsables para efectuar trabajos no presenciales y bajo la supervisión de éstos.

Con carácter general, de acuerdo con las normas existentes, se establece como modalidad prioritaria el trabajo a distancia en el domicilio particular del empleado público.

Para aquellos casos en los que la UCLM establezca que no es posible el trabajo a distancia o considere necesaria la presencia del empleado público en las instalaciones de la universidad para la correcta prestación de servicio, se disponen las medidas que se señalarán en los siguientes apartados.

<sup>6</sup><https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 9 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

Las reuniones de trabajo se llevarán a cabo mediante sistemas de videoconferencia. En caso de no ser posible, se mantendrá una distancia de seguridad entre personas de al menos 2 metros (limitar el aforo de las reuniones a un espacio de 12,57 m<sup>2</sup> por trabajador). Si no es posible mantener los 2 m de distancia, se utilizarán, al menos, equipos de protección personal, tales como mascarilla higiénica tipo quirúrgica y guantes de protección.

Toda la documentación relativa a buenas prácticas preventivas para trabajo a distancia/teletrabajo en diferentes formatos se comunicarán debidamente a todos los miembros de la plantilla y estarán disponibles para poder ser descargadas e imprimidas en caso necesario en la web de información y recomendaciones de la COVID-19<sup>7</sup> o en la del servicio de prevención de la UCLM.

## **5.2 Medidas preventivas aplicables a los colectivos encuadrados en el grupo de exposición de “contagio laboral” por coronavirus.**

Este conjunto de medidas preventivas está destinado a colectivos de personal de la UCLM que debe prestar servicios presenciales en las instalaciones de la UCLM, en cualquiera de sus modalidades, bien sea de manera continuada, puntual o flexible, según la Instrucción 02/20 de Gerencia de fecha 15/3/2020.

Este colectivo de personal de plantilla está integrado por el personal imprescindible de las siguientes unidades:

- a) Gerencia, Vicegerencias de campus y directores de Área y Unidades.
- b) Servicio de comunicación y medios (una persona mediante guardia localizada)
- c) Servicio de mantenimiento de infraestructuras (una persona mediante guardia localizada).
- d) Servicio de tecnología y comunicaciones (una persona por campus mediante guardia localizada)
- e) Servicios de mantenimiento de animalarios.
- f) Servicio de laboratorios, para mantenimiento de equipos o continuidad indispensable de los proyectos de investigación iniciados que no puedan paralizarse. Se determinará por los responsables de los centros, institutos y/o departamentos, en coordinación con las Vicegerencias correspondientes, el técnico de laboratorio que, en su caso, deba asistir durante el tiempo indispensable para realizar estas funciones.
- g) Servicio de prevención y medio ambiente.
- h) Servicio de recursos humanos, retribuciones, investigación, contabilidad, presupuesto, contratación, tesorería, asesoría jurídica y control interno, para la realización de las tareas que, en su caso, necesiten la presencia puntual en los puestos de trabajo.
- i) Aquellos otros que, por motivos de urgencia e inaplazables, se determinen por Gerencia.

Las personas que deban atender presencialmente los servicios considerados esenciales lo harán respetando en todo caso la distancia de seguridad recomendada por las autoridades sanitarias.

Cualquier medida de protección debe garantizar que proteja adecuadamente al personal trabajador de aquellos riesgos para su salud o su seguridad que no puedan evitarse o limitarse suficientemente mediante la adopción de medidas organizativas, medidas técnicas y, en último lugar, medidas de protección individual. Todas las medidas anteriores se podrán adoptar simultáneamente si las condiciones de trabajo así lo requieren.

<sup>7</sup> <https://www.uclm.es/es/Misiones/LaUCLM/Institucional/UCLMSaludable/SaludEntornoLaboral/COVID-19>

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 10 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

## 6. Acciones para la prevención del contagio y minimizar la propagación de la enfermedad.

### 6.1 Acciones divulgativas.

Las señales, carteles y otros soportes informativos para la difusión de las buenas prácticas preventivas (BPP) y recomendaciones propuestas se detallan en el anexo 1.

Todas las medidas de señalización reflejadas en este apartado se señalarán y se comunicarán debidamente a todos los miembros de la plantilla y estarán disponibles para poder ser descargadas e imprimidas en caso necesario en la web de información y recomendaciones de la COVID-19<sup>8</sup> o en la del servicio de prevención de la UCLM.

El CIDI<sup>9</sup> (Centro de Investigaciones y Desarrollo de la Imagen) de la UCLM ha desarrollado en colaboración con el servicio de prevención una gran cantidad de documentos en diferentes formatos para facilitar la difusión de buenas prácticas preventivas entre la comunidad universitaria y en la población en general. La publicación de todos estos materiales se realizará a través de la web y redes sociales de la UCLM en colaboración con el Gabinete de Comunicación<sup>10</sup> de la UCLM.

Los apartados que se deben señalar e informar, entre otros, serán los siguientes:

1. Equipos de protección.
2. Normas y recomendaciones generales COVID-19.
3. Limpieza y desinfección. Medidas de higiene.
4. Accesibilidad y circulación.
5. Uso seguro de espacios.
6. Limpieza antes y después de usar equipos compartidos.
7. Recomendaciones para aislamiento domiciliario.
8. Recomendaciones para el teletrabajo.

El Gabinete de Comunicación publica en la web y redes sociales de la UCLM (comunicación/actualidad) noticias constantes de interés relacionadas con la COVID-19.

### 6.2 Acciones higiénicas.

#### 6.2.1 Higiene personal.

La higiene respiratoria y de las manos es la medida principal de prevención y control de la infección, por eso es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición.

Las medidas propuestas son las siguientes:

- Puesta a disposición de equipos de protección individual (EPI) o equipos de protección personal (EPP) necesarios de acuerdo con el tipo de actividad a desarrollar y del lugar de trabajo (ver anexo

<sup>8</sup> <https://www.uclm.es/es/Misiones/LaUCLM/Institucional/UCLMSaludable/SaludEntornoLaboral/COVID-19>

<sup>9</sup> <https://blog.uclm.es/cidi/>

<sup>10</sup> <https://www.uclm.es/misiones/laucm/comunicacion>

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 11 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

2).

Se prestará especial atención a los puestos con atención directa al público, que no dispongan de ventanilla de atención, mampara de protección, o espacio suficiente para mantener una distancia de seguridad de 2 metros.

Los guantes están especialmente recomendados en los puestos en los que exista intercambio directo de documentos, paquetes, material de préstamo (libros, ordenadores portátiles, equipos audiovisuales, llaves, etc.).

- Garantizar el acceso a servicios higiénicos donde poder lavarse las manos: servicios higienizados, dotados de jabón, y de medios para secarse las manos.

Aumentar la frecuencia de reposición del jabón para la higiene de las manos en los expendedores de los servicios y laboratorios, garantizando un suministro suficiente en todo momento.

- Siempre que sea posible, poner a disposición de los puestos de trabajo con atención al público, en los que se manipule paquetería, o en los que haya equipos de trabajo de uso compartido, soluciones de limpieza y pañuelos desechables y/o guantes.
  - Dotar de recipientes equipados con doble bolsa para la adecuada gestión del material desechable utilizado. Preferiblemente las papeleras para este tipo de residuos tendrán tapadera con sistema de auto cierre y apertura con pedal (ver anexo 8).

### **6.2.2 Higiene de los espacios y equipos de trabajo.**

Además de la higiene personal, se pondrán los medios necesarios para garantizar la higiene de los lugares de trabajo, que deberá intensificarse en relación con la práctica habitual para evitar la contaminación cruzada (Ver anexo 3).

Las políticas de limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo son importantes medidas preventivas. Es crucial asegurar una correcta limpieza de las superficies y de los espacios, tratando de que se realice limpieza diaria, haciendo hincapié en aquellas de contacto frecuente.

Los detergentes habituales son suficientes para la limpieza, aunque también se puede contemplar la incorporación de lejía u otros productos desinfectantes a las rutinas de limpieza, siempre en condiciones de seguridad.

Se reforzarán las acciones de limpieza llevadas a cabo por la empresa adjudicataria de este servicio, centrándose en los puntos más susceptibles de sufrir contaminación (picaportes, barandillas, pulsadores, interruptores, mostradores, mesas, reposabrazos, etc...). Se procederá a establecer una planificación de las actuaciones por edificio. Una vez los locales hayan sido limpiados y no vayan a ser usados, se procederá a la señalización y cierre con llave, indicando la fecha y hora en la que se produjo el último cierre y la última desinfección.

Restricción de uso: de acuerdo con la planificación establecida en el punto anterior, se utilizará y se accederá sólo a aquellos locales que sean imprescindibles para el desempeño de los trabajos presenciales, prohibiéndose y limitando con medios efectivos (por ejemplo: cierre con llave) el acceso al resto.

Se Intensificará la limpieza y desinfección en los puestos que estén ocupados por trabajadores de manera presencial (espacios no cerrados). Se limpiarán las superficies y objetos que puedan estar contaminados por fluidos y secreciones, incrementando la frecuencia de limpieza e intentando que se alcancen las 3 veces al día. Además de las acciones de limpieza y desinfección por parte de las contratadas de limpieza, los trabajadores que presten su servicio presencial, deberán limpiar y desinfectar con un desinfectante su puesto de trabajo: mesa, teclado, ratón y demás periféricos manipulables informáticos, teléfonos, bolígrafos y accionamientos de la impresora, interruptores de

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 12 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

iluminación, silla, con una frecuencia próxima a una vez por cada hora de trabajo, siempre que el trabajador no esté solo en su lugar de trabajo.

Asegurar el mantenimiento de un aprovisionamiento suficiente de material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada a diario.

Proteger con material desechable los equipos de trabajo de uso compartido y alto potencial contagioso (por ejemplo, auriculares telefónicos, periféricos informáticos, micrófonos de corbata en las aulas u oculares de microscopios), o bien, incidir sobre su higienización con una limpieza exhaustiva de los mismos con material desechable antes y después de cada utilización.

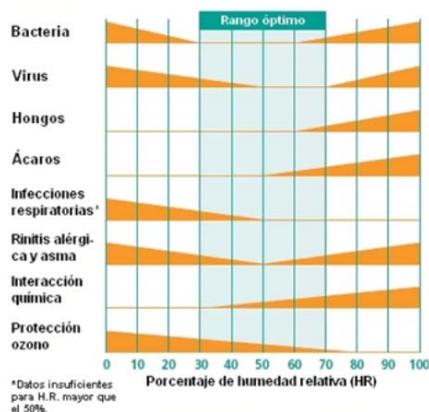
### 6.2.3 Ventilación natural y forzada de espacios.

La finalidad de estas medidas es garantizar la efectiva dilución de la carga viral en los locales que alberguen puestos de trabajo ocupados presencialmente.

Las medidas propuestas son las siguientes:

- Mejorar las condiciones de ventilación natural de los espacios, abriendo cuando sea posible las ventanas durante al menos 15 minutos al día por cada turno, o bien, actuar sobre la ventilación mecánica evitando la recirculación del aire e incrementando el volumen y ciclos de renovación de aire a las instalaciones de aire primario del sistema de climatización de los edificios en que resulte técnicamente posible.
- Incrementar el nivel de humedad relativa del aire en los espacios de trabajo de aquellos edificios en los que resulte técnicamente posible de manera que se sitúen entre el 30 y el 60%. Se debe tener en cuenta en el diseño de nuevas instalaciones o edificios.

#### Rango óptimo de la humedad relativa para un ambiente sano.



Un decrecimiento en el ancho de la barra indica una mejora en la calidad del aire interior.

Fuente: E. M. Sterling study

- Mantener las puertas de los espacios y locales abiertas, siempre que sea posible, para contribuir a su ventilación y minimizar el contacto con las superficies, en especial, las manillas.
- Elaboración de un protocolo de revisión del sistema de climatización, incluyendo el incremento de la frecuencia de limpieza de los filtros de aire y el adelanto de las revisiones reglamentarias

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 13 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

al periodo anterior a la ocupación siempre que sea posible.

#### 6.2.4 Ingesta de alimentos y bebidas en los lugares de trabajo.

- Prohibición general de comer o beber en los lugares de trabajo. Deben permanecer inhabilitados hasta que lo determine la autoridad sanitaria los espacios previstos como comedores o equivalentes en toda la Universidad. Para aquellas actividades imprescindibles, será necesario establecer los tramos horarios de trabajo de modo que no sea necesaria la ingesta de alimentos durante cada tramo, no pudiendo comer ni beber en el puesto de trabajo y siendo sólo posible comer en espacios exteriores de los edificios, siempre que se respeten estrictamente las medidas de distanciamiento e higiene establecidas.

Si no se puede evitar comer durante la jornada laboral, cada trabajador deberá llevar su comida ya preparada para evitar manipulaciones.

#### **En ningún caso se podrá comer en laboratorios o talleres.**

- **Prohibición** de beber de los grifos. Deberá evitarse el funcionamiento de las fuentes de agua y dispensadores de agua con botella. Todos deben quedar fuera de servicio.

### 6.3 Acciones carácter organizativo.

La finalidad de estas medidas es minimizar el contacto interpersonal para evitar la transmisión del virus de persona a persona. Este conjunto de medidas se basa en la corresponsabilidad con la finalidad de mantener una distancia de seguridad entre personas o, cuando esto no sea viable, establecer elementos de separación física entre dichas personas. En este sentido, la disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios en el centro de trabajo debe modificarse, en la medida de lo posible, con el objetivo de garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 2 metros.

Se adoptarán siempre, tras haber valorado, previamente, la necesidad de que las personas trabajadoras desarrollen su actividad presencialmente en el centro de trabajo, la reducción del tiempo de permanencia en el centro de trabajo al estrictamente necesario y la reducción al mínimo del número de personas que concurren en él al mismo tiempo.

Con el objeto de evitar contagios entre las personas trabajadoras, se seleccionarán aquellas medidas que sean factibles, según cada caso concreto, anteponiendo la protección colectiva a la individual. Así, cuando estuviera prevista la ejecución de una determinada tarea por parte de varias personas y no resulte viable mantener la separación de 2 metros entre ellas, ni sea posible la instalación de protecciones colectivas, a modo de barreras físicas, para separarlos, se estudiarán otras alternativas de protección adecuadas, como puede ser el caso del uso de equipos de protección personal.

En cualquier caso, se deberá diseñar, en función de la evolución de la enfermedad y siguiendo las recomendaciones de las autoridades competentes, las acciones genéricas a desarrollar por los Directores de Unidad/Departamento/Área (planes de contingencia específicos o instrucciones de desarrollo de este protocolo).

#### 6.3.1 Planificación de tareas y procesos.

Las tareas y procesos laborales deben planificarse para que los trabajadores puedan mantener la distancia mínima interpersonal de seguridad de 2 metros, durante la permanencia en el centro de trabajo, reduciendo el tiempo de permanencia en el centro de trabajo al estrictamente necesario y reduciendo al mínimo el número de personas que concurren en él al mismo tiempo.

Las medidas propuestas son las siguientes:

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 14 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

- **REALIZAR TRABAJO A DISTANCIA, SI ESTE ES POSIBLE EN FUNCIÓN DE LAS TAREAS DEL TRABAJADOR.**
- Disminución al mínimo del número de personas presentes en las dependencias de cualquiera de los campus de la UCLM, estableciendo los responsables de Unidades/Departamentos, en aquellas actividades en las que la presencia física se considere esencial, turnos de trabajo y rotación del personal en aquellos espacios (servicios, unidades, secretarías, etc.) y en los espacios destinados como zona de trabajo compartida por varios trabajadores en los que la distancia de seguridad de 2 metros entre trabajadores, no pueda ser adoptada.
- En su caso, los cambios de turno deberán realizarse de manera que las personas no coincidan en el lugar de trabajo.
- Limitar la capacidad máxima del espacio, minimizando el contacto entre las personas, para cumplir con las medidas extraordinarias dictadas por las autoridades sanitarias, especialmente con el requisito de distancia de seguridad.
- Evitar sistemas de fichaje que impliquen el sistema dactilar.
- Establecer horarios de entrada y salida al centro que permitan un acceso/salida escalonado para evitar en la medida de lo posible aglomeraciones en los accesos y relojes de marcaje horario.
- Si algún dispositivo de marcaje horario está en locales donde sea difícil mantener la distancia de seguridad (por ejemplo, en el interior de una conserjería) se estudiará su cambio de ubicación a locales lo más amplios que sea posible (vestíbulos y zonas comunes junto a la entrada) para evitar aglomeraciones y evitar el contacto en la medida de lo posible.
- Prohibición absoluta de acceso a instalaciones y dependencias de la UCLM cuando el personal que debiera efectuar sus tareas de manera presencial se encuentre en alguna de las siguientes situaciones:
  - Que presente síntomas compatibles con la enfermedad causada por la COVID-19: Fiebre, tos o dificultades respiratorias.
  - Que durante los últimos 14 días haya estado en contacto estrecho con un caso confirmado de infección por coronavirus SARS-CoV-2 (medidas de cuarentena).
  - Que sea considerada persona especialmente sensible a la infección por coronavirus SARS-CoV-2 (ver punto 3). Si está en esta situación, puede contactar a la mayor brevedad posible con el servicio de prevención de la UCLM (Vigilancia de la Salud). Una vez analizada su situación médica en relación con su actividad laboral en la UCLM se procederá, en caso necesario, a adoptar la medida más adecuada para la reducción efectiva del riesgo, que puede consistir en:
    - Un cambio temporal del puesto de trabajo
    - Una adaptación del puesto de trabajo
    - Otras medidas de reorganización de este
    - y, llegado el caso, proporcionar un informe de propuesta de baja laboral.
- Las propuestas de autorización de acceso a los campus de la UCLM se harán siguiendo las directrices establecidas por la Gerencia de la UCLM (ver anexo 10).
- Implantación efectiva de medidas de separación física entre personal que deba prestar presencialmente sus tareas dentro de la UCLM, observando en todo momento un distanciamiento social de al menos 2 metros de separación física, entre personas y entre puestos (12,57 m<sup>2</sup> por

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 15 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

persona trabajadora). Esta separación física puede estar indicada utilizando pictogramas como el que se muestra a continuación:



*Pictograma de señalización distancia seguridad.*

**IMPORTANTE:** Cuando no sea posible garantizar las medidas de separación mínima de 2 metros entre personas para determinadas tareas muy concretas (ej. reparaciones y/o actuaciones que requieran un contacto estrecho de mantenimiento en pareja, etc.) se deberá contar con los equipos de protección necesarios, conforme a lo establecido en el Plan de PRL de la UCLM<sup>11</sup>, teniendo en cuenta las dificultades de suministro de este tipo de equipos y las diferentes alternativas disponibles.

En todo caso, se seguirán las indicaciones del punto 6.2.1 de este documento, así como la instrucción sobre equipos de protección (Anexo 2).

En los espacios de trabajo ocupados normalmente por dos o más personas, deberá limitarse la ocupación si no se pueden mantener las medidas de distanciamiento y uso compartido de equipos, que deberán alternar sus jornadas si no fuese posible realizar el trabajo a distancia, siempre y cuando las dimensiones del despacho así lo recomienden (ver anexo 5 sobre accesibilidad y circulación).

De forma general, estará prohibido compartir cualquier tipo de objeto de escritorio. Esta medida pretende limitar la contaminación por vectores pasivos debidos a los objetos contaminados. Si no es posible, se deben limpiar después de cada uso. Se dispondrá para este fin del material de limpieza necesario en los lugares donde se compartan equipos (por ejemplo, conserjerías).

**Nota complementaria:** de acuerdo con lo establecido en el punto 6.2 y otros de este mismo apartado, se dotará de mascarillas higiénicas a aquellos puestos donde sea necesario, procurando complementar esta medida con la de distanciamiento social<sup>12</sup>.

- Cuando sea necesario, modificación de la disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas en espacios comunes (favoreciendo la marcha hacia adelante y evitando en la medida de lo posible cruces), y la distribución de espacios (mobiliario, estanterías, pasillos, etc.), con el objeto de garantizar el mantenimiento de las distancias de seguridad de 2 metros.
- En lo que se refiere a las reuniones y otras actividades presenciales, ver el apartado 5.1.
- Cuando sea necesario e imprescindible el servicio de atención al público, se tomarán las siguientes medidas:
  - Priorizar de manera absoluta la atención por medios telemáticos, vía correo electrónico, asistencia telefónica, etc.
  - Para los lugares donde no se pueda evitar la atención remota, establecer el sistema necesario para garantizar la separación física mínima, principalmente mediante la

<sup>11</sup> <https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/PPRL/PPRL.asp>

<sup>12</sup> Fuente: Ministerio de Sanidad: "Información científica-técnica. Enfermedad por coronavirus, COVID-19" (26/03/2020): <https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 16 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

instalación de mamparas de metacrilato o similar, o en su defecto, bien mediante señalización del pavimento o bien por la instalación de medios físicos en la zona exterior del puesto de atención al público.

- En caso de no disponer de ventanilla, se dispondrán las medidas oportunas para mantener la distancia mínima de seguridad.
  - Retirar las sillas de tipo “confidente”
  - Instalación de mamparas de metacrilato o similares de protección en mesas de trabajadores con atención directa al público y que no sea posible la distancia mínima de seguridad.
  - Señalización en el pavimento de la zona de atención, para evitar la invasión del área más próxima a los puestos de atención al público, así como el establecimiento de líneas de separación para realizar la espera de manera ordenada y con distancia de seguridad. Se puede utilizar como refuerzo el pictograma indicado en la Imagen 1, que marca la distancia de seguridad.
- Promover el uso de las escaleras frente al de ascensores, limitando el uso de éstos a una única persona. Al hacer uso de las escaleras, se debe minimizar el contacto con el pasamanos y lavarse las manos tras el contacto con éste.

### 6.3.2 Limitación de aforo de los espacios.

La reanudación de la actividad debe guiarse por el principio de minimización del riesgo. Por tanto, la reincorporación a la normalidad de aquellas actividades que comporten riesgo de aglomeración debe producirse en último lugar. En todo caso, se debe evitar la realización de actividades que impliquen aglomeraciones de personas.

De acuerdo con las recomendaciones de las Autoridades Sanitarias, debe garantizarse una separación efectiva de 2 metros entre empleados públicos. Por tanto, debe garantizarse una superficie disponible a cada empleado público de 12,57 m<sup>2</sup>.

En laboratorios, se procurará que no se comparta la misma poyata y, a ser posible, los mismos equipos. Cuando un espacio no permita garantizar la distancia de seguridad para cada puesto de trabajo y sea imprescindible su presencia simultánea, será obligatorio el uso de equipos de protección adecuados.

Los laboratorios docentes deberán ser espacios independientes de las aulas y salas de tutorías.

Los laboratorios de investigación deberán estar separados del paso de alumnos y no deben compartirse para labores docentes<sup>13</sup>.

### 6.3.3 Regulación de los accesos y la circulación en los edificios.

Las tareas y procesos laborales deben planificarse para que los trabajadores puedan mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, tanto en la entrada y salida al centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo, incluidas las zonas comunes.

Las medidas propuestas son las siguientes:

- Posibilitar la entrada al trabajo de forma escalonada para evitar aglomeraciones en la entrada a los

<sup>13</sup> Real Decreto 420/2015, de 29 de mayo, de creación, reconocimiento, autorización y acreditación de universidades y centros universitarios.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 17 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

centros de trabajo y, en su caso, en el transporte público, adaptando los horarios y flexibilizando las entradas y salidas del campus o edificio.

- Establecer accesos y salidas de los edificios, así como vías y pautas de circulación en su interior, con especial atención a las zonas comunes, al uso de pasillos y de escaleras y restringiendo el uso de los ascensores y otros aparatos elevadores.
- Cuando el edificio disponga de más de una puerta de acceso, se establecerá una de ellas como entrada y otra como salida, estando ambas oportunamente señalizadas. Si no cuentan con sistemas de apertura y cierre automáticos, deberán permanecer constantemente abiertas para minimizar el contacto con manillas, pomos, y otros elementos de apertura o cierre. En caso de no contar con más de un acceso, evitar en todo momento los cruces.
- En caso de emergencia, podrán utilizarse todas las salidas habilitadas para este fin en el correspondiente Plan de Autoprotección o Medidas de Emergencia.

Estas medidas se complementan con lo indicado en el Anexo 5 sobre accesibilidad y circulación.

#### 6.4 Acciones de protección personal.

La finalidad de estas medidas es minimizar el contacto personal para evitar la transmisión del virus a personas que puedan estar expuestas directamente al virus o a personas contagiadas (ver Anexo 2).

- Puesta a disposición de equipos de protección individual (EPI) y equipos de protección personal (EPP) en función del tipo de trabajo a realizar y lugar de trabajo. Se deberá tener en cuenta la disponibilidad de equipos y las dificultades de abastecimiento.

Para seleccionar los equipos necesarios existen documentos de ayuda en la web del servicio de prevención<sup>14</sup>, así como carteles, fichas y documentos de BPP sobre EPI/EPP disponibles para poder ser descargados e imprimidos en caso necesario en la web de información y recomendaciones de la COVID-19<sup>15</sup> o en la del servicio de prevención de la UCLM conforme a lo indicado en el anexo 1.

- Asegurar el mantenimiento de un aprovisionamiento suficiente de material de protección, especialmente guantes y mascarillas para los puestos en que sea necesario.

#### 6.5 Consideración finales adicionales.

Mientras se mantenga activa la alerta sanitaria por la COVID-19, la UCLM actuará de manera uniforme, rigurosa y transparente, teniendo en cuenta en todo caso las siguientes consideraciones:

- Adoptará inmediatamente las medidas que recomienden en cada caso las autoridades competentes, garantizando su implantación conforme a los principios de proporcionalidad, precaución y protección de la seguridad y la salud de las personas.
- Mantendrá puntualmente informada a la comunidad universitaria de todas las medidas adoptadas en función de la evolución de la situación epidemiológica, teniendo en cuenta en todo caso las recomendaciones del Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes.
- Con carácter general, entregará información precisa y transparente al Comité de Seguridad y Salud y a la Comisión de seguimiento de la COVID-19 en relación con las medidas adoptadas para afrontar la alerta sanitaria por la COVID-19.

<sup>14</sup> [https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/doc\\_EPI.asp](https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/doc_EPI.asp)

<sup>15</sup> <https://www.uclm.es/es/Misiones/LaUCLM/Institucional/UCLMSaludable/SaludEntornoLaboral/COVID-19>

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 18 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

- Convocará de forma urgente a los órganos de representación y participación cuando eventualmente se hiciera necesario adoptar medidas que afecten a las relaciones laborales (extensión del teletrabajo, cese de actividad, etc.).
- Establecerá los medios de coordinación necesarios para garantizar la protección y prevención del contagio por coronavirus del personal de las empresas externas contratadas por la UCLM, cuya prestación implique su presencia estable en las instalaciones de la Universidad.
- Los periodos de aislamiento preventivo a los que eventualmente se vea sometido el personal de la UCLM como consecuencia de la COVID-19 serán considerados como situación de incapacidad temporal derivada de enfermedad común (Criterio 2/2020, Dirección General de Ordenación de la Seguridad Social).

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 19 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

## ANEXOS

- ANEXO 1. Instrucción sobre divulgación.
- ANEXO 2. Instrucción sobre equipos de protección individual y equipos de protección personal.
- ANEXO 3. Instrucción sobre limpieza y desinfección.
- ANEXO 4. Instrucción para la reincorporación sucesiva.
- ANEXO 5. Instrucción sobre accesibilidad y circulación.
- ANEXO 6. Instrucción sobre protección de trabajadores especialmente sensibles al SARS-CoV-2.
- ANEXO 7. Protocolo de actuación ante una sospecha de infección por SARS-CoV-2.
- ANEXO 8. Medidas preventivas para el personal de contratadas externas.
- ANEXO 9. Buenas prácticas preventivas en la gestión de residuos.
- ANEXO 10. Buenas prácticas preventivas sobre trabajos de investigación.
- ANEXO 11. Buenas prácticas preventivas sobre viajes y trabajos de campo.
- ANEXO 12. Buenas prácticas preventivas sobre teletrabajo.
- ANEXO 13. Buenas prácticas preventivas sobre ida y vuelta del trabajo.
- ANEXO 14. Organización de actos públicos y cesión de espacios a terceros.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 20 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **ANEXO 1. Instrucción sobre divulgación**

El objetivo de este documento es proponer una serie de señales, carteles y otros soportes informativos para la difusión de las buenas prácticas preventivas (BPP) y recomendaciones propuestas en este documento, así como en otros procedimientos e instrucciones con relación a este tema que se elaboren en la UCLM.

Todas las medidas reflejadas en este apartado se señalarán y se comunicarán debidamente a todos los trabajadores. Estarán disponibles para poder ser descargadas e imprimidas en caso necesario en la web de información y recomendaciones de la COVID-19<sup>16</sup> o en la del servicio de prevención de la UCLM.

El CIDI<sup>17</sup> (Centro de Investigaciones y Desarrollo de la Imagen) de la UCLM ha desarrollado en colaboración con el Servicio de Prevención una gran cantidad de documentos en diferentes formatos para facilitar la difusión de buenas prácticas preventivas entre la comunidad universitaria y en la población en general. La publicación de todos estos materiales se realizará a través de la web y redes sociales de la UCLM en colaboración con el Gabinete de Comunicación<sup>18</sup> de la UCLM.

9. Equipos de protección individual / Equipos de protección personal (EPI/EPP):
  - a. Seleccionar el EPI/EPP adecuado.
  - b. Ponerse y quitarse los EPI/EPP.
  - c. Quitarse correctamente los guantes y las mascarillas.
  - d. BPP con equipos de protección individual (EPI) y equipos de protección personal (EPP).
10. Normas y recomendaciones generales COVID-19:
  - a. Evitar aglomeraciones.
  - b. Mantener la distancia de seguridad. Aforos. Turnos.
  - c. Normas generales de higiene, EPI.
  - d. Trabajos de atención al público.
  - e. Señalización de esperar el turno (reloj fichar, aseos, ascensores, atención al público)
11. Limpieza y desinfección: medidas de higiene, lavado de manos.
12. Accesibilidad y circulación:
  - a. Accesos y salidas de edificios.
  - b. Vías de circulación (pasillos y escaleras). Sentido único, prioridad, sentido de circulación, ...
  - c. Uso seguro de ascensores.
13. Uso seguro de espacios:
  - a. No cerrar las puertas (minimizar la manipulación de objetos).
  - b. Aforo máximo en locales.
14. Limpieza antes y después de usar equipos compartidos.
15. Recomendaciones para aislamiento domiciliario.
16. Recomendaciones para el TELETRABAJO.

<sup>16</sup> <https://www.uclm.es/es/Misiones/LaUCLM/Institucional/UCLMSaludable/SaludEntornoLaboral/COVID-19>

<sup>17</sup> <https://blog.uclm.es/cidi/>

<sup>18</sup> <https://www.uclm.es/misiones/laucm/comunicacion>

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 21 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

El Gabinete de Comunicación publica en la web y redes sociales de la UCLM (comunicación/actualidad) noticias constantes de interés relacionadas con la COVID-19. A modo de ejemplo:

- 20200306. SPMA: AECC-web COVID-19.
- 20200317. La UCLM entrega al SESCAM material y recursos sanitarios para hacer frente a las necesidades ocasionadas por el coronavirus.
- 20200318. SPMA: COVID-19, vigilancia de la salud, comunicación casos.
- 20200319. La UCLM pone a disposición todos sus recursos materiales y humanos frente al COVID-19.
- 20200320. La UCLM Informa: Recomendaciones psicoludables COVID-19.
- 20200324. La Facultad de Medicina de Albacete acogerá 200 camas de hospital para apoyar en la lucha frente al COVID-19.
- 20200325. Un grupo de investigadores de la UCLM está colaborando con el Hospital General de Albacete en el diagnóstico de la COVID-19.
- 20200327. Investigadores de la UCLM han fabricado casi un millar de máscaras de protección contra el coronavirus con impresoras 3D en apenas tres días.
- 20200328. La UCLM pone en marcha el programa de mecenazgo #UCLMcontraCOVID19.
- 20200330. SPMA: BPP trabajo presencial y teletrabajo.
- 20200331. La UCLM diseña cajas para proteger a los sanitarios en el proceso de intubación de pacientes con coronavirus.
- 20200401. La UCLM refuerza su presencia cultural en la red con la iniciativa #CICenCasa.
- 20200402. El Servicio de Deportes de la UCLM pone en marcha un programa con el fin de incentivar el ejercicio físico en casa.
- 20200415. La UCLM compensa la brecha digital entre sus estudiantes universitarios para finalizar el curso.
- 20200415. La UCLM obtiene la validación del Instituto de Salud Carlos III de Madrid para la realización de PCR para el diagnóstico de la COVID-19.
- 20200416. Fisioterapia ofrece recomendaciones para mejorar el desarrollo psicomotor de los niños en casa.
- 20200416. La UCLM desarrolla una web que permite visualizar y monitorizar el avance de la COVID-19 por países y comunidades autónomas.
- 20200417. El investigador de la UCLM Christian Gortázar, miembro del grupo de expertos asesor sobre COVID-19 desde la perspectiva veterinaria.

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 22 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

## BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE

### INFORMACIÓN - COVID 19

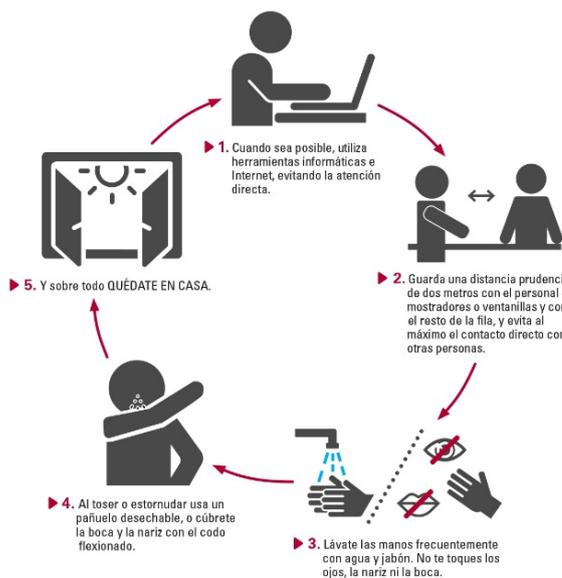


- ▶ Cubra su boca y nariz al toser haciendo uso de pañuelos de papel.
- ▶ Tire los pañuelos a la basura.
- ▶ Si no tiene pañuelo de papel, tosa y estornude sobre su manga para no contaminarse las manos.
- ▶ Evite tocarse con las manos los ojos, la nariz y la boca.
- ▶ Evite saludar dando la mano o besos.
- ▶ Lávese las manos frecuentemente con jabón, sobre todo, después de toser o estornudar.
- ▶ No comparta objetos personales, de higiene o aseo como vasos, toallas, etc.
- ▶ Mantenga adecuadamente ventilado su espacio de trabajo.
- ▶ Limpie con frecuencia superficies y objetos de uso común.

Para comunicar alguna incidencia al Servicio de Prevención: [servicio.prevencion@uclm.es](mailto:servicio.prevencion@uclm.es)  
INFORMACIÓN GRATUITA SOBRE COVID-19 > 900 122 112 (Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha)

## ATENCIÓN AL PÚBLICO

### INFORMACIÓN - COVID 19



- ▶ 1. Cuando sea posible, utiliza herramientas informáticas e Internet, evitando la atención directa.
- ▶ 2. Guarda una distancia prudencial de dos metros con el personal de mostradores o ventanillas y con el resto de la fila, y evita al máximo el contacto directo con otras personas.
- ▶ 3. Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón. No te toques los ojos, la nariz ni la boca.
- ▶ 4. Al toser o estornudar usa un pañuelo desechable, o cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado.
- ▶ 5. Y sobre todo QUÉDATE EN CASA.

Fuente: UNED

Para comunicar alguna incidencia al Servicio de Prevención: [servicio.prevencion@uclm.es](mailto:servicio.prevencion@uclm.es)  
INFORMACIÓN GRATUITA SOBRE COVID-19 > 900 122 112 - 900 23 23 23 (Información y recomendaciones SESCAM)

*Buenas prácticas generales. Trabajos de atención al público.*

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 23 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

**ANEXO 2. Instrucción sobre equipos de protección individual y equipos de protección personal (EPI/EPP).**

Los equipos de protección individual (EPI) y equipos de protección personal (EPP) serán utilizados en función del tipo de trabajo a realizar y lugar de trabajo. Se deberá tener en cuenta la disponibilidad de equipos y las dificultades de abastecimiento.

Para seleccionar los equipos necesarios existen documentos de ayuda en la web del servicio de prevención<sup>19</sup>, así como carteles, fichas y documentos de BPP sobre EPI/EPP disponibles para poder ser descargados e imprimidos en caso necesario en la web de información y recomendaciones de la COVID-19<sup>20</sup> o en la del servicio de prevención de la UCLM conforme a lo indicado en el anexo 1.



Universidad de Castilla-La Mancha

Buenas prácticas preventivas

### EPI (EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL) COLOCAR CORRECTAMENTE



1. Verifica que dispones del EPI necesario: protección de manos, respiratoria, ocular.



2. Planifica dónde ponerte y quitarte el EPI. ¿Tienes claro cómo gestionar el residuo?



3. Lávate las manos con agua y jabón.



4. Colócate la mascarilla. Ajusta la parte superior.



5. Colócate las gafas de protección



6. Colócate los guantes sobre los puños.

Para comunicar alguna incidencia al Servicio de Prevención: [servicio.prevencion@uclm.es](mailto:servicio.prevencion@uclm.es)  
 INFORMACIÓN GRATUITA SOBRE COVID-19 > 900 122 112 - 900 23 23 23 (Información y recomendaciones SESCAM)



Universidad de Castilla-La Mancha

Buenas prácticas preventivas

### EPI (EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL) QUITAR CORRECTAMENTE



1. Planifica dónde quitarte el EPI. ¿Tienes claro cómo gestionar el residuo?



2. Lávate las manos con agua y jabón.



3. Quitate los guantes de forma adecuada para no contaminarte.



4. Lávate las manos con agua y jabón.



5. Quitate primero las gafas y después la mascarilla, ambas desde la parte de atrás.



6. Los residuos se han de eliminar en una bolsa de plástico cerrada. Utilizar cubos de basura con pedal, sin separar para reciclaje.



7. Lava y desinfecta las gafas con agua y jabón, o solución con lejía.



8. Lávate las manos con agua y jabón.



9. Cuando llegues a casa mete directamente la ropa en la lavadora (lavar a 60°C).

Para comunicar alguna incidencia al Servicio de Prevención: [servicio.prevencion@uclm.es](mailto:servicio.prevencion@uclm.es)  
 INFORMACIÓN GRATUITA SOBRE COVID-19 > 900 122 112 - 900 23 23 23 (Información y recomendaciones SESCAM)

*Buenas prácticas generales para ponerse y quitarse los EPI/EPP.*

<sup>19</sup> [https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/doc\\_EPI.asp](https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/doc_EPI.asp)

<sup>20</sup> <https://www.uclm.es/es/Misiones/LaUCLM/Institucional/UCLMSaludable/SaludEntornoLaboral/COVID-19>

 <b>UCLM</b> UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA  Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 24 de 50
<b>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</b>		



Universidad de Castilla-La Mancha

Buenas prácticas preventivas



*Buenas prácticas generales para quitarse los guantes.*



# RECUERDA

NO saques los equipos de protección del laboratorio.  
Evita contaminar a otras personas mediante



máquinas de vending



menaje



ascensores



fuentes de agua



puertas



Servicio de Prevención y Medio Ambiente

*Buenas prácticas de higiene con EPI/EPP (laboratorios).*

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 25 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **Clasificación de mascarillas de protección respiratoria (COVID-19).**

Es necesaria información sobre su uso adecuado. Ver los carteles y buenas prácticas preventivas para usar, ponerse y quitarse las mascarillas y resto de equipos de protección.

1. **FFP:** son un equipo de protección individual (EPI). Según la norma UNE 149. Se clasifican en 3 niveles según su eficacia (1, 2 o 3).
  - **Sin válvula de exhalación:** protegen al usuario y también limitan el contagio (protege a los demás).
  - **Con válvula de exhalación:** Protegen al usuario, pero no limitan el contagio.
 Con el marcado NR no son reutilizables (la inmensa mayoría), con el marcado R son reutilizables.
2. **Quirúrgicas:** no son un EPI, son un producto sanitario, PS (excepcionalmente hay modelos duales EPI+PS). Según la norma UNE 14683.  
 Diseñadas para limitar la transmisión de agentes infecciosos. Protege a terceros y de forma parcial al usuario. Clasificación: Tipo I, II y IIR.
3. **Higiénicas reutilizables:** no son ni EPI ni PS. Norma UNE 0065.  
 Destinadas para personas sanas o asintomáticas que desconocen que los son. Protege a terceros de un riesgo sanitario y protege parcialmente al usuario.  
 Se deben seguir las instrucciones del fabricante (número de usos, lavado, cuidado de la mascarilla).
4. **Higiénicas no reutilizables** (UNE 0064-1 para adultos y UNE 0064-2 para niños): no son ni EPI ni PS.  
 Destinadas para personas sanas o asintomáticas que desconocen que los son. Protege a terceros de un riesgo sanitario y protege parcialmente al usuario.
5. **Caseras:** no son un EPI ni PS. No reguladas.  
 Destinadas para personas sanas o asintomáticas que desconocen que los son. El nivel de protección dependerá del tipo de tejido, diseño, método de confección o el ajuste a la cara.  
 En términos generales es mejor usarla que no llevar nada.

**Selección y uso de mascarillas de protección respiratoria (COVID-19).**

SIEMPRE QUE PUEDAS MANTÉN UN DISTANCIAMIENTO SOCIAL SUPERIOR A 2 M							
Denominación	Norma que cumple	Clase	Duración de uso	Sellado facial	Protección de la persona usuaria	Protección de terceros	
FFP o MEDIAS MÁSCARAS FILTRANTES DE PROTECCIÓN CONTRA PARTÍCULAS (EPI <sup>1</sup> )	EN 149 <sup>2</sup>	FFP1 FFP2 FFP3	Marcado "NR": ≤ a 1 Turno de Trabajo	OBLIGATORIO QUE LA PERSONA COMPRUEBE EL AJUSTE FACIAL CADA VEZ QUE UTILICE EL EPI.	SÍ	FFP1, no recomendado. FFP2, para el personal más expuesto o cuando la evaluación específica del riesgo así lo requiera. Provisionalmente se admiten otras alternativas técnicas a las FFP2 durante la crisis sanitaria: N95 (NIOSH-42CFR84) y KN95 (GB2626-2006). FFP3, en procedimientos asistenciales que generen bioaerosoles.	SÍ El EPI no dispondrá de válvula de exhalación que permite la dispersión de agentes infecciosos.  En todos los casos.
MÁSCARILLA DE USO DUAL (EPI+PS <sup>3</sup> )	EN 149 + EN 14683 <sup>4</sup>	FFP1 FFP2 FFP3  I, II, IIR					
MEDIAS MÁSCARAS FILTRANTES CON VÁLVULAS PARA LA PROTECCIÓN CONTRA GASES O CONTRA GASES Y PARTÍCULAS (EPI)	EN 405 <sup>5</sup>	FFGasX P1 FFGasX P2 FFGasX P3	Marcado "R": ≥ a 1 Turno de Trabajo	NECESARIO VERIFICAR EL SELLADO Y LA AUSENCIA DE MOLESTIAS RESPIRATORIAS.	SÍ	Filtros P1, no recomendado. Filtros P2, para el personal más expuesto o cuando la evaluación específica del riesgo así lo requiera. Filtros P3, en procedimientos asistenciales que generen bioaerosoles.	NO Disponen de válvulas de exhalación que permiten la difusión de agentes infecciosos.
MEDIA MÁSCARA + FILTRO DE PARTÍCULAS (EPI)	EN 140 <sup>6</sup> + EN 143 <sup>7</sup>	P1, P2, P3					
MÁSCARILLAS QUIRÚRGICAS (PS)	EN 14683	I, II, IIR	≤ a 1 Turno de Trabajo	NECESARIO VERIFICAR EL SELLADO Y LA AUSENCIA DE MOLESTIAS RESPIRATORIAS.	NO	Clase II y IIR: destinadas a personal sanitario. La protección frente a bioaerosoles es limitada. Clase IIR si protegen frente a salpicaduras de líquidos potencialmente contaminados.	SÍ Clase I: destinadas a reducir el riesgo de propagación de infecciones.
MÁSCARILLAS HIGIÉNICAS NO REUTILIZABLES	Especificación: -UNE 0064-1 <sup>8</sup> -UNE 0064-2 <sup>9</sup>	NINGUNA	≤ 4 horas	REDUCE EL EMPAÑAMIENTO DE LAS GAFAS PEGANDO ENTRE LA MÁSCARILLA Y LA NARIZ UN ADHESIVO HIPOALERGÉNICO	NO	Destinadas a personas adultas o niños (3-12 años) sin síntomas, que no sean susceptibles de utilizar mascarillas quirúrgicas ni medias máscaras filtrantes de protección contra partículas.	SÍ Permiten disminuir el riesgo ante la imposibilidad de mantener el distanciamiento social.
MÁSCARILLAS HIGIÉNICAS REUTILIZABLES	Especificación: -UNE 0065-1 <sup>10</sup>	NINGUNA	NO ESTABLECIDO		NO	El nivel de protección dependerá del tipo de tejido, diseño, método de confección o el ajuste a la cara. Las mascarillas de tela caseras pueden aumentar el riesgo de infección debido a la humedad, la difusión de líquidos y la retención de virus <sup>11</sup> .	SÍ Ante la escasez de otro tipo de mascarillas, solución de último recurso.

<https://medium.com/@Cancerwarrior/covid-19-why-we-should-all-wear-masks-there-is-new-scientific-rationale-280e08ceee71>

**COLOCACIÓN DE MASCARILLA**  
INFORMACIÓN - COVID 19

Comprueba el estado correcto de la mascarilla. Se debe reemplazar si se humedece. El color oscuro hacia fuera. La parte de arriba es la que tiene el clip nasal.



1. El vello facial puede dificultar el ajuste.
2. Lávatelo las manos.
3. Ponla sobre la cara y pasa las gomas por la cabeza.
4. Ajusta una por encima y otra por debajo de la oreja (según el tipo de mascarilla).
5. Ajusta los bordes de la mascarilla a su contorno y el clip nasal a la nariz.
6. Cubre con las manos y exhala con fuerza para comprobar si hay fuga de aire.

**LO QUE NO HAY QUE HACER**



- NO llevarla fuera del lugar indicado, ni ponerla en la bolsa.
- NO llevarla colgada de la altura del cuello.
- NO tocar sólo la boca. Cubrir nariz y boca ajustándose bien a la cara.
- NO tocarlo por encima de la mascarilla ni la cara.
- NO usarlo para hablar o estornudar.

Para conocer más acerca de COVID-19, acércate al Servicio de Prevención y Medio Ambiente de tu empresa. INFORMACIÓN GRATUITA SOBRE COVID-19: +34 900 122 112 - 900 23 23 23 (Información y recomendaciones SSSCOM).

**RETIRADA DE MASCARILLA**  
INFORMACIÓN - COVID 19



1. La mascarilla no debe retirarse en último lugar, en caso de que lleves varios EPI.
2. Lávatelo las manos.
3. Retira las gomas desde atrás, sin tocar la parte delantera de la mascarilla.
4. Desecha la mascarilla en el contenedor adecuado.
5. Lávatelo las manos.

**LO QUE NO HAY QUE HACER**



- NO llevarla fuera del lugar indicado, ni ponerla en la bolsa.
- NO llevarla colgada de la altura del cuello.
- NO tocar sólo la boca. Cubrir nariz y boca ajustándose bien a la cara.
- NO tocarlo por encima de la mascarilla ni la cara.
- NO usarlo para hablar o estornudar.

Para conocer más acerca de COVID-19, acércate al Servicio de Prevención y Medio Ambiente de tu empresa. INFORMACIÓN GRATUITA SOBRE COVID-19: +34 900 122 112 - 900 23 23 23 (Información y recomendaciones SSSCOM).

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 27 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **Prioridad en el uso de mascarillas de protección respiratoria (COVID-19).**

El objetivo del uso de la mascarilla en este contexto es prevenir la propagación de la COVID-19 como producto de protección personal. Lo utilizarán personas sanas o asintomáticas.

El uso de mascarillas en población general puede servir como un medio de control de la fuente de infección al reducir la propagación en la comunidad ya que se reduce la excreción de gotas respiratorias de individuos infectados que aún no han desarrollado síntomas o que permanecen asintomáticos.

La OMS en su documento sobre "Medidas de salud pública no farmacológicas para mitigar el riesgo y el impacto de la epidemia y la pandemia de gripe", recomienda condicionalmente el uso de mascarillas en la comunidad para personas asintomáticas en casos graves en epidemias o pandemias para reducir la transmisión en la comunidad; basado esto en una inferencia de la plausibilidad de la efectividad potencial de esta medida<sup>21</sup>.

El Centro Europeo para la Prevención y el Control de las Enfermedades (ECDC) recoge que el uso de mascarillas en público puede servir como un medio de control para reducir la propagación de la infección en la comunidad al minimizar la excreción de gotitas respiratorias de individuos infectados que aún no han desarrollado síntomas o que permanecen asintomáticos<sup>22</sup>.

El uso de mascarillas en la comunidad debe considerarse solo como una medida complementaria y no como reemplazo de las medidas preventivas establecidas, por ejemplo, distanciamiento físico, etiqueta respiratoria, higiene de manos y evitar tocarse la cara, la nariz, los ojos y la boca.

### **Niveles de recomendación sobre el uso de mascarillas en la comunidad en el contexto de COVID-19<sup>23</sup>.**

Las recomendaciones se basan en la evidencia disponible de modo de protección, el grado de disponibilidad y el nivel de riesgo de infección. Éste se gradúa en función de la existencia de síntomas, el tipo de contacto con casos confirmados o con personas de especial riesgo, la protección de servicios esenciales, la probabilidad de contacto fuera del domicilio (por compras, transporte o trabajo) y el contacto en espacios cerrados vs abiertos.

Estas cinco opciones se podrían convertir en niveles de implementación progresiva de la obligación o recomendación de uso, en función de la disponibilidad que haya, asociada necesariamente a la provisión de mascarillas a sus destinatarios.

**Nivel 1:** Se recomienda la utilización de mascarilla a todos los profesionales que trabajen en centros sociosanitarios y su puesto implique estar a menos de 2 m de los usuarios u otros trabajadores; además se recomienda para las personas con síntomas respiratorios, sus convivientes y sus cuidadores.

**Nivel 2:** Personas en cuarentena domiciliaria (contactos estrechos de casos) para contactar con sus convivientes o salir a la calle cuando sea estrictamente necesario para prevenir contagio potencial asintomático.

<sup>21</sup> WHO. International Agency for research of cancer, «Non-pharmaceutical public health measures for mitigating the risk and impact of epidemic and pandemic influenza».

<sup>22</sup> Using face masks in the community Reducing COVID-19 transmission from potentially asymptomatic or pre-symptomatic people through the use of face masks 8 April 2020  
<https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/COVID-19-use-face-masks-community.pdf>.

<sup>23</sup> Recomendaciones sobre el uso de mascarillas en la comunidad en el contexto de COVID-19 20.04.2020

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 28 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

**Nivel 3:** Grupos especialmente vulnerables conforme a lo establecido en el procedimiento de actuación elaborado por el Ministerio de Sanidad<sup>24</sup> (patologías cardiovasculares, hipertensión arterial, diabetes, enfermedad pulmonar crónica, inmunodeficiencias, procesos oncológicos en tratamiento activo, edad y embarazo en función de complicaciones, comorbilidades o patologías descompensadas) cuando salen a la calle o están en contacto con otras personas.

**Nivel 4:** Posibilidad de uso por aquellas personas que tienen que salir a la calle por motivos laborales u otros motivos en el proceso de desescalada para disminuir el riesgo ante imposibilidad de mantener distanciamiento físico. Además de estar indicado en los sitios de trabajo en los que no se mantengan el distanciamiento físico.

**Nivel 5:** Posibilidad de uso en población general que tienen que salir a la calle (farmacia, supermercado, etc.).

Como criterio general, se considera que las mascarillas quirúrgicas deberían destinarse a los niveles 1, 2 y 3, y las higiénicas deberían utilizarse por población general, no vulnerable (niveles 4 y 5) en caso de no disponibilidad.

*Resumen de las mascarillas y su orden de adecuación de uso.*

NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3	NIVEL 4	NIVEL 5
Mascarilla quirúrgica. Nivel 1, 2 y 3. <ul style="list-style-type: none"> <li>• UNE 14683. Clase I, II, IIR.</li> <li>• Es un producto sanitario.</li> </ul>				
			Mascarilla higiénica reutilizable. Nivel 4 y 5. <ul style="list-style-type: none"> <li>• UNE 0065.</li> <li>• (≤ 4 horas uso, ≥ 5 ciclos de lavado)</li> </ul>	
			Mascarilla higiénica no reutilizable. Nivel 4 y 5. <ul style="list-style-type: none"> <li>• UNE 0064-1.</li> <li>• (≤ 4 horas uso)</li> </ul>	
			Mascarilla de fabricación casera. Nivel 4 y 5. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptable ante la escasez de otras mascarillas.</li> </ul>	

Mientras que haya problemas de disponibilidad de equipos de protección en general y máscaras de protección respiratoria en particular, es fundamental reforzar las buenas prácticas preventivas en trabajos que impliquen la exposición a agentes químicos o biológicos en actividades experimentales (laboratorios, talleres, etc.). Se debe priorizar el uso de medidas de protección colectivas, reforzando la ventilación y utilizando los sistemas de extracción localizada. Las vitrinas de gases y cabinas de seguridad biológica deben mantenerse en buen estado de funcionamiento y utilizarse correctamente. Se deberá prestar especial atención al orden y limpieza, así como a las revisiones periódicas de estos equipos de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

<sup>24</sup> [Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 \(COVID-19\) 08.04.2020](#) 

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 29 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

### ANEXO 3. Instrucción sobre limpieza y desinfección

El objetivo de las siguientes medidas de limpieza propuestas es limitar la supervivencia del virus en el ambiente y superficies. Estas recomendaciones se actualizarán si se dispone de información adicional.

La **limpieza** consiste en la eliminación de gérmenes, suciedad e impurezas de las superficies. La limpieza no mata los gérmenes, pero al eliminarlos, disminuye su número y el riesgo de propagación de la infección.

La **desinfección** consiste en el uso de productos químicos para matar los gérmenes de las superficies. Este proceso no necesariamente limpia las superficies sucias ni elimina los gérmenes, pero al matar los gérmenes de una superficie después de limpiarla, se puede reducir aún más el riesgo de propagar la infección.

Siguiendo las recomendaciones establecidas por las autoridades sanitarias, debe prestarse un especial cuidado en los siguientes aspectos:

- 1º) Se limpiarán con detergente o con agua y jabón las superficies que puedan ser susceptibles de favorecer la transmisión, teniendo en cuenta también el número de personas susceptibles de tocarlas.
- 2º) Se desinfectarán las superficies y objetos que puedan favorecer la transmisión de infecciones, teniendo en cuenta también el número de personas que pueden tocar esas superficies. Los virus se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes de uso por el público en general, como la **lejía** o con una **solución de hipoclorito sódico** que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:50 de una lejía con concentración 40-50 gr/litro preparada recientemente).
- 3º) Se ventilarán de forma frecuente las instalaciones y locales, mediante la apertura de ventanas y demás elementos que garanticen una buena ventilación natural, primando esta necesidad sobre la eficiencia energética.
- 4º) Dada su vital importancia, se verificará periódicamente la disponibilidad y correcto funcionamiento de los recursos necesarios para la higiene y lavado de manos, por ejemplo, jabón y papel para el secado de manos.
- 5º) Se señalarán (con fecha y hora) y cerrarán las zonas que hayan sido limpiadas y desinfectadas, limitando el uso sólo a aquellos locales y zonas comunes que sean imprescindibles para el desempeño de trabajos presenciales. Esto es debido a que algunos trabajadores de la UCLM deben realizar trabajos en modalidad presencial, optimizando los recursos de limpieza a las zonas con actividad. Se deberán señalar los espacios desinfectados, retirando la señalización si se hace uso de éstos. No se podrá entrar a trabajar si la zona de trabajo no ha sido previamente desinfectada.
- 6º) Para espacios exteriores, entradas a edificios en uso, vías de acceso y otros lugares necesarios, la desinfección se realizará con hipoclorito sódico al 0.1% mediante aplicación con mochilas pulverizadoras (recomendado 20 ml de lejía común por litro de agua). Para la aplicación de esta pulverización los operarios deberían contar con los equipos de protección personal pertinentes.

Las **recomendaciones mínimas a seguir por la empresa externa de limpieza**, que se irán revisando según se disponga de más información, serán las siguientes.

Los trabajadores deben llevar los siguientes equipos de protección individual (EPI).

- **Protección de manos:** Guantes de protección frente a microorganismos UNE EN ISO 374-5. Se distingue entre los guantes que sólo protegen frente a bacterias y hongos y los que, además, protegen frente a la penetración de virus. En el primer caso va marcado con el pictograma de riesgo

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 30 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

biológico y en el segundo, el mismo pictograma con la palabra VIRUS bajo él, (esta diferencia viene otorgada por la realización de un ensayo específico de penetración a virus). En actividades de limpieza y desinfección de superficies, puede optarse por guantes más gruesos, más resistentes a la rotura. Si se usan guantes reutilizables, esos guantes deben dedicarse a la limpieza y desinfección de superficies para COVID-19 y no deben usarse para otros fines. Antes de su retirada se deben desinfectar convenientemente. Límpiense las manos antes e inmediatamente después de quitarse los guantes. Es preferible lavarse las manos con agua y jabón; en caso de no disponer de agua y jabón utilice gel hidroalcohólico con contenido en alcohol superior al 60%.



*Pictograma de los guantes de protección frente a microorganismos.*

- **Protección respiratoria:** Se recomienda que el personal trabajador de limpieza utilice una mascarilla para no contaminar las zonas limpiadas o desinfectadas con estornudos o secreciones de otro tipo, conforme a las recomendaciones sanitarias.
- **Ropa de trabajo y calzado:** Los trabajadores se pondrán la ropa y el calzado de trabajo dentro de las instalaciones del centro de trabajo. Una vez finalizada su jornada, procederán a quitarse la ropa y el calzado antes de abandonar las instalaciones de la UCLM. En ningún caso, llegarán o se irán vestidos con dicha ropa o calzado, ni accederán con ella a su vehículo particular o a su hogar. Los uniformes de trabajo o similares, serán embolsados y cerrados, y se trasladarán hasta el punto donde se haga su lavado habitual, recomendándose un lavado con un ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90 grados.



*Cartel de lavado de manos.*

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 31 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

#### **ANEXO 4. Instrucción para la reincorporación sucesiva.**

La UCLM diseñará una estrategia de reincorporación sucesiva de la plantilla teniendo en cuenta su perfil de riesgo y estableciendo varias fases de reincorporación en función de las instrucciones de las autoridades sanitarias. El equipo de Dirección elaborará y comunicará las instrucciones relativas a este proceso.

Será competencia de cada responsable de Centro/Unidad/Departamento/Área organizar la actividad laboral, tanto presencial como la que se desarrolle en el domicilio, estableciendo el plan de trabajo correspondiente, debiendo garantizar durante este periodo excepcional, la prestación del servicio público. En todo momento, estos responsables deberán coordinarse para intentar que los criterios que se adopten sean homogéneos en aquellas áreas de trabajo con una prestación de servicios similar o zonas de trabajo compartidas.

Si es necesario, el responsable de cada actividad designará trabajadores en cada zona afectada a efectos de comprobar el cumplimiento de las buenas prácticas preventivas.

Siempre que sea posible, de forma previa a la reactivación de las actividades autorizadas, en cada centro y local afectado se deberán planificar los aspectos particulares y señalar las instrucciones relacionados con este protocolo (ver anexo 1).

### **CRITERIOS PARA EL ACCESO A EDIFICIOS E INSTALACIONES DE LA UCLM PARA REACTIVAR ALGUNAS ACTIVIDADES.**

#### **Principios generales.**

Para aquellas actividades que, debido a la imposibilidad de realizarse de forma no presencial, se autorice su reactivación, de acuerdo con las fases orientativas de desescalada aprobadas por el Consejo de Ministros en el Plan de transición a la nueva normalidad, esta se realizará de forma gradual y progresiva, con las siguientes premisas:

- Estar debidamente justificado y autorizada expresamente.
- Garantizar el seguimiento de los criterios específicos que recomiende el Servicio de Prevención y Medio Ambiente y las autoridades sanitarias: evaluación de riesgos y minimización, si es necesario, con medidas de protección adicionales.
- La presencia física en el lugar de trabajo será la mínima indispensable, por el tiempo indispensable.
- Se deberán implementar las medidas organizativas necesarias para minimizar el riesgo, garantizando las distancias de seguridad (2 m de separación/12,57 m<sup>2</sup>/persona) y la coincidencia del menor número posible de personas en espacios reducidos o comunes.
- Seguir las indicaciones del protocolo de "GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS", ratificado por el Comité de Seguridad y Salud de la UCLM y por la Comisión de Seguimiento Covid 19.

#### **Actividades a reactivar.**

La investigación en general, los planes de I+D+I y la ejecución de los proyectos en particular, son esenciales en la recuperación económica y social de todos los sectores del país. Las actividades de los laboratorios son fundamentales para la continuidad de los proyectos y, por consiguiente, se procurará recuperar su actividad en la medida de lo posible, respetando las normas dictadas por las autoridades para cada período, así como los protocolos de prevención de riesgos laborales.

Por otra parte, hay que tener en cuenta que primará la realización del trabajo bajo una modalidad no presencial, siempre que sea compatible con la realización de las tareas, actividades y proyectos de

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 32 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

investigación e innovación, y en todo caso de conformidad con las indicaciones de las autoridades competentes y de acuerdo con la normativa vigente en cada momento.

En este contexto, se podrá reactivar la presencialidad en los laboratorios para la realización de las siguientes actividades:

1. **Actividades de mantenimiento o calibración de aparatos de investigación en laboratorios de la UCLM.**
2. **Actividades de Investigación o transferencia desarrollada por los distintos grupos de investigación en instalaciones de la UCLM.**
3. **Actividades de investigación que sean imprescindibles para la realización de una tesis doctoral, expresamente solicitada por parte del doctorando.** Siempre se podrá autorizar si previamente son autorizados por parte del director de tesis y el responsable del laboratorio, y disponer, por supuesto, de las medidas de supervisión adecuadas, aceptadas por escrito tanto por el estudiante como por el director de tesis.
4. **Actividades de investigación en otras organizaciones / instituciones:** El investigador debe ser autorizado por las entidades competentes y los responsables de las otras instituciones,

La actividad descrita en el punto 1 se viene autorizando desde el pasado día 15 de marzo, de acuerdo con la instrucción de gerencia que establecía los servicios mínimos esenciales que requerían la presencia física de algunos empleados.

Las actividades descritas en los apartados 2 a 4 anteriores, serán autorizadas por la Gerencia (autorización de acceso a edificios), a partir del día que comience en cada uno de los campus la Fase I del Plan aprobado por el Consejo de Ministros para la transición hacia una nueva normalidad, previo informe favorable del Vicerrectorado de Investigación y Política Científica (autorización de la actividad), siempre que previamente se reciba por parte del responsable de la actividad investigadora el plan específico de retorno a la actividad presencial de los laboratorios o de la instalación de investigación, que contendrá:

- Justificación de la necesidad del inicio de la actividad.
- Descripción de los espacios/medios necesarios a utilizar.
- Relación de personas que se incorporarán y detalle de los turnos y horarios para cada una de estas personas.
- Asimismo, se deberá incorporar el compromiso de cumplir con las medidas de protección indicadas para dichas actividades en el protocolo de "GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-Cov-2. MEDIDAS PREVENTIVAS".
- En la actividad descrita en el punto 3, además se deberá incorporar la petición del doctorando y la autorización del director de tesis.

Antes de formular la petición al Vicerrectorado de Investigación y Política Científica, el responsable de la actividad investigadora deberá recabar el informe del Decano o Director del Centro, Instituto, Facultad o Escuela para el inicio de la actividad, de forma que éste pueda coordinar las actividades que se realizan en sus dependencias y velar por el cumplimiento de las medidas preventivas dispuestas en el protocolo señalado.

La fecha límite para remitir los planes será de al menos 48 horas respecto a la fecha en la que se quiere iniciar la actividad.

La Gerencia informará al Servicio de Prevención y Medio Ambiente sobre los planes elaborados por los diferentes centros e institutos y el inicio de actividad de los mismos.

Del mismo modo, el responsable de la actividad investigadora deberá disponer de los EPI adecuados y proporcionar la información necesaria a los trabajadores, siendo responsabilidad de éstos conocer las

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 33 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

medidas preventivas de tipo individual y colectivo recogidas en el protocolo de “GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-Cov-2. MEDIDAS PREVENTIVAS”. A este respecto, por parte del Servicio de Prevención y Medio Ambiente se organizarán sesiones formativas/informativas bajo modalidad online, cuya realización será obligatoria por todas las personas que vayan a acceder a las instalaciones de investigación autorizadas. La Gerencia proporcionará equipos de protección personal a las personas autorizadas.

La Gerencia coordinará con los responsables de la Unidad de Servicios la apertura de las instalaciones necesarias, informando de ello al Decano/Director de la Escuela o Facultad o, en su caso, al Director del Centro o Instituto de Investigación. Del mismo modo, se pondrán en contacto con las empresas adjudicatarias de los contratos de climatización, seguridad y limpieza con el objeto de atender las prestaciones indispensables que permitan el correcto funcionamiento de las actividades autorizadas.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 34 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **ANEXO 5. Instrucción sobre accesibilidad y circulación.**

La transmisión del coronavirus SARS-CoV-2 puede producirse bien por entrar en contacto directo con una persona contagiada, bien por entrar en contacto con superficies u objetos contaminadas, si la persona luego con la mano se toca la boca, nariz, ojos o las mucosas.

El objetivo de este documento es proponer una serie de medidas preventivas para evitar la transmisión del virus de persona a persona para garantizar la distancia de seguridad establecida en los accesos y salidas de los edificios (vías de circulación, escaleras, ascensores, etc.). Se debe asegurar que la distancia interpersonal esté garantizada en las zonas comunes y, en cualquier caso, deben evitarse aglomeraciones de personal en estos puntos.

Las situaciones reflejadas en este apartado se señalarán<sup>25</sup> y se comunicarán debidamente a toda la comunidad universitaria. Las señales estarán disponibles para poder ser descargadas e imprimidas en caso necesario en la web de información y recomendaciones de la COVID-19 o en la del servicio de prevención de la UCLM.

#### **Aforos**

En cuanto a la limitación de aforo de los espacios, es recomendable **rotular** el aforo de los locales modificado para guardar la distancia de seguridad, especialmente en los locales de mayor ocupación (aulas, salas de lectura de bibliotecas, paraninfos, calones de grados, etc.) requerido por el distanciamiento social de 2 m.

Como referencia, se puede dividir la superficie del local por 12,57 m<sup>2</sup>, aunque dependerá en cada caso de la disposición del mobiliario, pupitres, etc. En el plan de autoprotección hay planos con la superficie de cada local de los edificios.

En caso de contar con sillas móviles, se retirarán las sillas que no se deban utilizar. Si es posible, se marcará en el suelo la ubicación de sillas o mesas para proporcionar una referencia para su ubicación.

**UCLM. Campus de \_\_\_\_**

**Facultad de \_\_\_\_/Escuela de \_\_\_\_/Instituto\_\_\_\_/Biblioteca**

**Aula \_\_\_\_**

**Aforo máximo para prevenir COVID19: \_\_\_\_ ocupantes**

- Mantener la máxima distancia entre personas, recomendable 2 m mínimo.
- Mantenerse a 2 m de la puerta mientras se espera para entrar o salir. Evitar cruzarse.
- Intentar tocar lo menos posible las superficies.
- Extremar la higiene.

<https://www.uclm.es/es/Misiones/LaUCLM/Institucional/UCLMSaludable/SaludEntornoLaboral/COVID-19>

*Señalización para el aforo de los locales.*

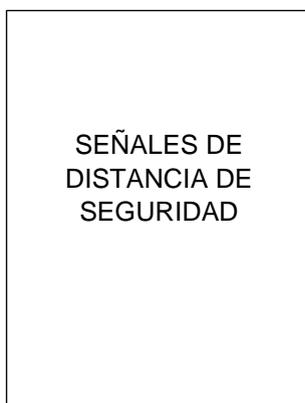
<sup>25</sup> Algunas señales/carteles están en fase de elaboración y se incorporarán a este anexo según se vayan realizando.

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 35 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

**Distancias de seguridad y turnos.**



*Señalización para los aseos. Turnos y BPP.*



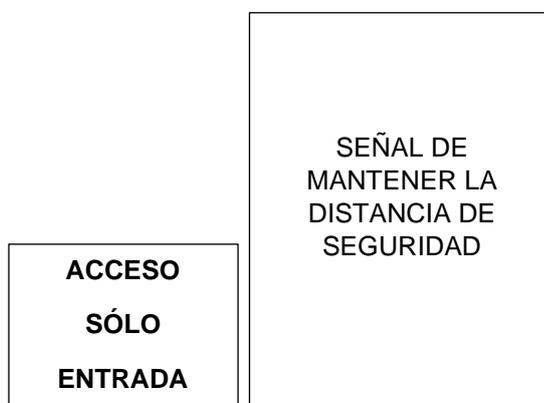
*Señalización para mantener la distancia de seguridad .*

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 36 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### Accesos y salidas.

El acceso a los edificios se organizará de forma que se eviten concentraciones de personas en momentos puntuales. Para ello se adaptarán, si fuera necesario, los horarios para facilitar un acceso escalonado a los edificios. No se realizarán desplazamientos innecesarios por el edificio.

Siempre que sea posible, en cada edificio se habilitará un único acceso, la puerta principal, en la que se señalará su uso exclusivo para ese fin mediante las señales de obligación y prohibición.



*Señalización para los accesos. Distancia de seguridad.*

Si es posible, se habilitarán salidas diferentes de la puerta de acceso. Se puede utilizar cualquier otro acceso habitual o salida de emergencia que se señalará a tal fin para este uso.



*Señalización para las salidas de edificio.*

No obstante, en situaciones de emergencia se podrá utilizar cualquier salida, conforme a lo que establezca el Plan de Autoprotección del edificio.

### Vías de circulación en el interior de los edificios.

Siempre que sea posible, se definirán itinerarios a seguir en las vías de circulación, preferiblemente de sentido único para evitar cruces de personas, con el objeto de mantener la distancia social recomendada tanto entre aquéllos que estén transitando por dichas vías como con los que se encuentren situados en sus puestos de trabajo.

No se debe circular en paralelo con otras personas; debiendo circular en fila india respetando la distancia de 2 metros respecto a la persona que nos precede o antecede.

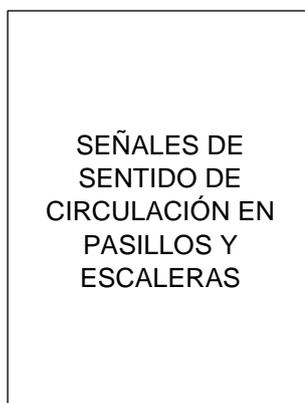
Como norma general, siempre se circulará por la zona derecha de los pasillos y escaleras, junto a la pared, garantizando la máxima separación respecto a las personas que puedan circular en sentido contrario por la izquierda de la vía.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 37 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

En los edificios que dispongan de más de una escalera se habilitará una de ellas en exclusiva para acceder a las diferentes plantas, utilizándose el resto como escaleras de salida. No obstante, en caso de emergencia, se utilizarán de acuerdo con lo establecido en el Plan de Autoprotección del edificio.

Si las anteriores dos medidas no son posibles, se establecerán pasos alternativos para el uso de la vía para evitar el cruce de personas, es decir, no podrá incorporarse una persona a una vía, sin haber salido de la misma, la persona que en ese momento la esté usando.

En cualquier caso, si es inevitable cruzarse con otra persona, se hará lo más rápido que sea posible, evitando pararse y hablar en la medida de lo posible.



*Señalización de sentido de circulación en las vías interiores (pasillos y escaleras).*

### **Ascensores**

Con carácter general, queda prohibido el uso de ascensores. Su uso queda restringido a personas con movilidad reducida y/o que deban manipular cargas manualmente. En estos casos, sólo podrá utilizarlo una persona por trayecto.



*Señalización de ascensores.*

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 38 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **ANEXO 6. Protección de trabajadores especialmente sensibles (TES) al SARS-CoV-2.**

Los trabajadores que tengan alguna de las características especificadas por el Ministerio de Sanidad (especificadas en este anexo) o crean que tienen la condición de TES, lo comunicarán al servicio de prevención ([servicio.prevencion@uclm.es](mailto:servicio.prevencion@uclm.es)) acompañando los informes de los que se disponga y un teléfono de contacto para que el servicio médico se pueda poner en contacto.

El servicio de prevención, de acuerdo con el informe emitido por vigilancia de la salud debe evaluar la presencia de personal trabajador especialmente sensible en relación con la infección de coronavirus SARS-CoV-2, establecer la naturaleza de especial sensibilidad de la persona y emitir informe sobre las medidas de prevención, adaptación y protección. Para ello, tendrá en cuenta la existencia o inexistencia de unas condiciones que permitan realizar el trabajo sin elevar el riesgo propio de la condición de salud.

En el Anexo V del procedimiento de actuación elaborado por el Ministerio de Sanidad<sup>26</sup> se ofrece una Guía de actuación para la gestión de la vulnerabilidad y el riesgo en ámbitos no sanitarios o sociosanitarios.

Serán los médicos de los servicios públicos de salud (SPS) los que emitan los partes de baja y alta en todos los casos de afectación por coronavirus, tanto en las situaciones de aislamiento como de enfermedad y a todos los trabajadores que por su situación clínica o indicación de aislamiento lo necesiten, tanto para el personal sanitario como para el resto de los trabajadores. Los partes de baja/alta en ningún caso podrán ser emitidos por los facultativos de las Mutuas Colaboradoras con la Seguridad Social.

De acuerdo con el procedimiento publicado, se consideran personas vulnerables aquellas que presentan **patologías cardiovasculares, hipertensión arterial, diabetes, enfermedad pulmonar crónica, inmunodeficiencias, procesos oncológicos en tratamiento activo**, debiendo valorarse si esas **patologías están controladas o descompensadas o con 2 o más comorbilidades**. Todo ello debe conjugarse con los niveles de riesgo de las tareas a realizar recogidos en el citado procedimiento.

Respecto a las mujeres **embarazadas** deben conjugarse la existencia o no de complicaciones y/o comorbilidades, así como los referidos niveles de riesgo.

Por último, en referencia a la **edad**, las personas mayores de 60 años sin patología no se consideran TES de manera general. En los casos en que presenten alguna de las patologías señaladas en función de que estén controladas o estén descompensadas, tras el estudio pertinente por el servicio de prevención e informe al respecto, serían subsidiarios de incapacidad temporal (IT) previa valoración del caso por el médico responsable de emitir la IT.

Cuando se recupere la normalidad (fin del estado de alarma) se establecerán las medidas de prevención, adaptación y protección de acuerdo con las prescripciones de la última versión publicada del Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2, en continua revisión en función de la evolución y nueva información que se dispone de la infección por el nuevo coronavirus.

Se deberá informar y formar a los trabajadores sobre las medidas de prevención, adaptación y de protección adoptadas.

En todo caso, en el tratamiento de estos datos se observarán los principios establecidos en la legislación vigente de protección de datos personales.

<sup>26</sup> [Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 \(COVID-19\) 08.04.2020](#) 

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 39 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

## ANEXO 7. Protocolo de actuación ante una sospecha de infección por SARS-CoV-2.

### Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19:



Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1** **AUTO-AISLARSE** En una **habitación de uso individual** con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual.  
 Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene. 
- 2** **MANTENTE COMUNICADO** **Ten disponible un teléfono** para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos. 
- 3** **¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?** Si tienes sensación de falta de aire o sensación de **gravedad** por cualquier otro síntoma **llama al 112**. 
- 4** **TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA** Si no, **llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma** o contacta por teléfono con el centro de salud. 
- 5** **AUTOCUIDADOS** Usa **paracetamol** para controlar la fiebre; ponte **paños húmedos** en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; **bebe líquidos**; **descansa**, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando. 
- 6** **AISLAMIENTO DOMICILIARIO** Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las **recomendaciones para el aislamiento domiciliario** e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena. 
- 7** **LAVADO DE MANOS** Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un **correcto lavado de manos**. 
- 8** **SI EMPEORAS** **Si empeoras** y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, **llama al 112**. 
- 9** **14 DÍAS** Se recomienda mantener el **aislamiento 14 días** desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto. 
- 10** **ALTA** El **seguimiento y el alta** será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma. 

25 marzo 2020  
 Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

#ESTE VIRUS  
**LO PARAMOS UNIDOS**



Recomendaciones del Ministerio de Sanidad en caso de tener síntomas de COVID-19.

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 40 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

## Aislamiento domiciliario (casos leves).



Universidad de Castilla-La Mancha

Buenas prácticas preventivas

# AISLAMIENTO DOMICILIARIO

## CASOS LEVES DE COVID-19



- ▶ La habitación debe ser sólo para la persona aislada. Ventilar al menos 2 veces al día.



- ▶ Utilizar un baño propio, cercano a la habitación. Si se comparte, debe limpiarse tras cada uso, con agua, lejía y bayetas desechables.



- ▶ Si comparte baño, debe tener los productos de aseo y toallas en su habitación.



- ▶ La puerta de la habitación debe estar cerrada (abrir sólo para coger comida o dejar basura). Comuníquese por teléfono.



- ▶ El paciente necesita pañuelos de papel, bolsas de basura con tiras de autocierre, teléfono y cargador propio.



- ▶ Las superficies que pueda tocar el paciente se deben limpiar a diario con agua y lejía (1 tapón de lejía por cada 10 de agua).



- ▶ Los pañuelos desechables y usados para limpiar deben tirarse en papelera de pedal. La bolsa debe estar bien cerrada.



- ▶ La ropa sucia y toallas deben ir guardándose en una bolsa de basura bien cerrada. Lavar a 60° en la lavadora.



- ▶ Usar vajilla desechable. Si no es posible, lavar en lavavajillas.

Fuentes: Junta de Castilla y León | Ministerio de Sanidad, Gobierno de España

Para comunicar alguna incidencia al Servicio de Prevención: [servicio.prevencion@uclm.es](mailto:servicio.prevencion@uclm.es)  
 INFORMACIÓN GRATUITA SOBRE COVID-19 > 900 122 112 - 900 23 23 23 (Información y recomendaciones SESCOAM)

*Recomendaciones para aislamiento domiciliario.*

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 41 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### Notificación interna y seguimiento de casos.

De acuerdo con el PROTOCOLO DE ACTUACIÓN DE LA UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA ANTE LA ALERTA SANITARIA POR COVID-19 (SARS-CoV-2)<sup>27</sup> la forma de actuar cuando se detecte algún caso en miembros de la comunidad universitaria será la siguiente.

El delegado del Rector para Ciencias de la Salud es el interlocutor con las autoridades sanitarias. Comunicará cualquier caso al Rector y actuará conforme a este protocolo.

Los miembros de la comunidad UCLM que tengan diagnosticada esta enfermedad o que estén afectados por medidas de confinamiento y/o cuarentena lo comunicarán a la universidad de forma inmediata, siempre que les sea posible, mediante la dirección de correo electrónico [servicio.prevencion@uclm.es](mailto:servicio.prevencion@uclm.es).

En el caso de que se presente en el servicio de prevención de la UCLM alguna persona de la que se sospeche que está infectada por el virus COVID-19 (SARS-CoV-2), se notificará urgentemente a la Consejería de Sanidad (900 122 112) y al Rector.

Posteriormente se seguirán las instrucciones de Salud Pública. El Rector será informado en todo momento de todo lo que acontezca.

La UCLM, en su caso, hará las gestiones oportunas con la Consejería de Sanidad, con las mutuas o con las agencias aseguradoras, y seguirá el procedimiento establecido en cada caso.

En el caso de que estudiantes, PAS o PDI que estén haciendo una estancia de movilidad en la UCLM resulten infectados y diagnosticados por el virus de la COVID-19 (SARS-CoV-2), desde el Vicerrectorado de Internacionalización y Formación Permanente se comunicará a la universidad o institución de origen y se prestará el apoyo adecuado a las personas afectadas. Si se trata de estudiantes en movilidad nacional, la comunicación será a cargo del Vicerrectorado de Estudiantes y Responsabilidad Social. En cualquier caso, se informará a la Consejería de Sanidad

Cualquier comunicación de datos personales resultante del proceso de gestión de alertas se gestionará conforme a las disposiciones legalmente aplicables y se comunicará a la delegada de protección de datos de la UCLM ([proteccion.datos@uclm.es](mailto:proteccion.datos@uclm.es)).

Serán los médicos de los servicios públicos de salud (SPS) los que emitan los partes de baja y alta en todos los casos de afectación por coronavirus, tanto en las situaciones de aislamiento como de enfermedad y a todos los trabajadores que por su situación clínica o indicación de aislamiento lo necesiten, tanto para el personal sanitario como para el resto de los trabajadores. Los partes de baja/alta en ningún caso podrán ser emitidos por los facultativos de las Mutuas Colaboradoras con la Seguridad Social.

<sup>27</sup>[https://www.uclm.es/-/media/Files/A01-Asistencia-Direccion/A01-200-Gerencia/COVID-19/PROTOCOLO-  
Revisado.ashx?la=es](https://www.uclm.es/-/media/Files/A01-Asistencia-Direccion/A01-200-Gerencia/COVID-19/PROTOCOLO-<br/>Revisado.ashx?la=es)

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 42 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

### **ANEXO 8. Medidas preventivas para el personal de contratatas externas.**

En cuanto a trabajos realizados por empresas externas en instalaciones de la UCLM, éstas se atenderán a los protocolos internos de la UCLM y se realizará la correspondiente coordinación de actividades empresariales.

La UCLM, en su deber de información establecido en el artículo 24 de la Ley 31/1995, de PRL y el Real Decreto 171/2004, de coordinación de actividades empresariales, comunica las siguientes acciones a todas las empresas externas con trabajadores que concurren en cualquiera de sus Campus:

- Seguir las instrucciones y protocolos de la UCLM por parte de los trabajadores de empresas externas que realicen su actividad en instalaciones de la UCLM. Entre otras:
  - o Deberán favorecer el teletrabajo desde el propio domicilio. Restricción de viajes a las zonas más afectadas. Limitar los desplazamientos al mínimo imprescindible. Limitar reuniones de trabajo, promoviendo el uso alternativas no presenciales, como videoconferencias y/o correo electrónico.
  - o Limitar la atención al público y proporcionar solo la que se considere totalmente imprescindible. Promover dicha atención de manera telefónica y a través del correo electrónico.
  - o Rebajar al mínimo posible el recibo de paquetes y documentos. Prohibido recibir paquetes personales.
  - o Cada trabajador deberá autoevaluarse antes de ir a un edificio de la UCLM. Si tiene síntomas o ha estado en contacto estrecho con un enfermo no debe ir al centro de trabajo. A su vez, deberá ponerse en contacto con las autoridades sanitarias para que valoren su situación.
  - o El personal incluido dentro de los grupos con mayor riesgo por COVID 19 deberá ponerse en contacto con su Servicio de Prevención de Riesgos Laborales para valoración de su situación y eventual adopción de medidas preventivas adicionales.
  - o Las entradas y salidas de los edificios se realizarán con los equipos de protección adecuados (ver anexo 2) y se lavarán las manos al llegar.
  - o Utilizarán los pasillos en un único sentido. Las entradas y salidas serán únicas siempre que sea posible. No se realizarán desplazamientos innecesarios por el edificio. Estas entradas y salidas serán establecidas por la UCLM. En caso de emergencia las salidas son todas las disponibles (ver anexo 5).
  - o No se utilizarán zonas comunes ni espacios si no se garantizan los 12.57 m<sup>2</sup>/persona o 2 m de separación.
  - o Los aseos se utilizarán sólo individualmente, aunque el aforo sea mayor.
  - o Las puertas permanecerán prioritariamente abiertas para evitar la manipulación de objetos y superficies.
  - o Los usuarios ventilaran los espacios manualmente periódicamente si es posible, al menos al empezar la jornada y al acabar.
  - o Los ascensores se utilizarán sólo para manipulación de cargas, para personas con discapacidad de movimiento y por una sola persona por viaje.
- Informar a todos los trabajadores sobre las medidas preventivas en vigor en la UCLM y dotarles de los equipos de protección y de trabajo que sean precisos en función de las tareas a realizar y del lugar donde se vayan a desarrollar.

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 43 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

- Elaborar protocolos específicos de trabajo que incluyan las medidas preventivas necesarias de acuerdo con lo indicado por las autoridades sanitarias y con los protocolos de la UCLM. Formar a los trabajadores en estos protocolos y buenas prácticas preventivas aplicables.
- Cada empresario deberá poner a disposición de material higiénico y eventual adopción de pautas de cuidado específicas.
- Gestionar los residuos generados de forma adecuada, conforme a lo establecido en la UCLM.
- Comunicar al SPMA los datos de bajas médicas y casos confirmados de trabajadores de empresas externas relacionadas con la COVID-19 en instalaciones de la UCLM.
- Reforzar las labores de limpieza en caso de ser necesario en las zonas utilizadas.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 44 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **ANEXO 9. Buenas prácticas preventivas en la gestión de residuos.**

#### **Residuos asimilables a urbanos.**

1. La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
2. Se recomienda que los pañuelos desechables sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.
3. Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).  
Una vez utilizados, los equipos de protección pueden ser un foco de infección. **NO DEBEN TIRARSE AL SUELO.**
4. 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.

#### **Gestión de residuos peligrosos.**

Se atenderá a lo establecido en el Sistema de Gestión de Residuos Peligrosos (RRPP) implantado en la UCLM, adoptando las buenas prácticas preventivas adicionales relativas a la prevención de la COVID-19. Dichas instrucciones deberán ser cumplidas tanto por parte de los trabajadores de la UCLM como por la empresa gestora externa que realice su actividad en las instalaciones de la UCLM en las distintas fases de la gestión de RRPP.

Se aplicarán en las fases de:

1. Lugar de generación.
  2. Traslado al almacén temporal de RRPP de cada campus.
  3. Recogida por la empresa externa gestora autorizada.
- **Comunicación inicial del trabajo. Gestión de solicitudes.** El técnico del servicio de prevención y medio ambiente (SPMA) concretará con la empresa contratada externa la realización del trabajo, especificando el día, hora de inicio, lugar de comienzo y necesidad de utilización de vehículo.  
Siempre que sea posible se evitará el uso de papel para las comunicaciones relacionadas con la gestión de RRPP (correo electrónico o CAU). Se mantendrán en cuarentena las solicitudes en papel recogidas en los distintos laboratorios, por lo que la gestión puede ralentizarse. Se debe prever con tiempo necesario para compensar los retrasos debidos a estas precauciones adicionales.
  - **Necesidad de número de operarios de la empresa contratada externa.** De forma habitual, se requiere la presencia de dos operarios para realizar la retirada de residuos, suministro de envases, traslado, pesaje y almacenamiento de los residuos.  
Ante la nueva situación, en la medida de lo posible, se disminuirá en número a un solo operario siempre que no sea estrictamente necesaria la presencia de dos.
  - **Dotación de equipos de protección individual (EPI) y medios de desinfección.** Tanto el técnico del SPMA como los operarios deberán llevar EPI (mascarillas, guantes y gafas o pantalla facial) durante el tiempo que duren las tareas, ya que en estas es complicado adoptar la medida de mantener la distancia de seguridad de 2 m (ver Anexo 2).

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 45 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

Es recomendable disponer de un gel desinfectante de manos para evitar la propagación del virus por las superficies con las que se esté en contacto, tales como puertas, ascensores, barandillas, etc. en los lugares donde no sea posible lavarse con agua y jabón.

- **Traslado de los residuos desde los laboratorios.** El técnico del SPMA y los técnicos de laboratorio acordarán el lugar de depósito de los residuos generados y de entrega de envases. En la medida de lo posible, se depositarán en la entrada del laboratorio o cualquier otro espacio que sea adecuado y facilite evitar el contacto entre los distintos trabajadores implicados en la tarea.

Dentro de los edificios los residuos se trasladarán evitando la utilización compartida de ascensores, usando los carros/plataformas disponibles en el edificio, previamente desinfectados. Igualmente se desinfectará tras su uso, haciendo hincapié en las zonas de agarre.

- **Transporte de los residuos al Almacén temporal.** Si fuera necesario utilizar un vehículo para el transporte, éste se debe desinfectar antes y después de su uso. Si no se puede evitar que vayan dos personas, lo harán de acuerdo con las recomendaciones del Ministerio de Sanidad, lo más alejados que sea posible y con mascarilla de protección respiratoria.
- **En el almacén temporal de RRPP.** El técnico del SPMA se encargará de anotar el peso e indicar al operario la ubicación de los residuos transportados.

Siempre que sea posible, se realizará por un solo operario garantizando en la medida de lo posible la distancia interpersonal.

- **Coordinación con la empresa contratada externa.** Se realizará la preceptiva coordinación de actividades empresariales con las empresas externas y se establecerá el protocolo de actuación conjunta, tanto para el traslado a los almacenes temporales como para la retirada por la empresa gestora autorizada.

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 46 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **ANEXO 10. Buenas prácticas preventivas sobre trabajos de investigación.**

En diferentes centros de la UCLM se realizan trabajos de investigación relacionados con la COVID-19 y también de diagnóstico (PCR) para apoyar al sistema sanitario de CLM. En este tipo de trabajos es necesario seguir las siguientes buenas prácticas preventivas conforme a lo establecido en el RD 664/1997 sobre la exposición a agentes biológicos<sup>28</sup> y al procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) del Instituto de Salud Carlos III:

- Para muestras inactivadas: precauciones habituales para agentes biológicos del grupo 2.
- Para muestras activas: precauciones habituales para agentes del grupo 3. **Actualmente, en la UCLM, no hay constancia de ningún laboratorio que cumpla con los requisitos necesarios para este nivel de bioseguridad, por lo que bajo ningún concepto pueden autorizarse trabajos de este tipo.**

El investigador principal es la persona responsable del personal y trabajos a realizar, así como de asegurarse de que los trabajadores tienen la formación suficiente y disponen de los equipos de protección necesarios, con el asesoramiento del servicio de prevención, de acuerdo con el Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UCLM<sup>29</sup>. Así mismo, deberá designar los recursos preventivos en los casos en que sea necesario.

Además de las específicas de la investigación a realizar, se deben seguir las buenas prácticas preventivas generales relacionadas con la prevención de la COVID-19.

<sup>28</sup><https://www.insst.es/documents/94886/203536/Guía+técnica+para+la+evaluación+y+prevención+de+los+riesgos+relacionados+con+la+exposición+a+agentes+biológicos/22fd163d-8d8f-4259-a571-c0c14aeebeaf>

<sup>29</sup><http://www.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/PPRL/PPRL.asp>

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 47 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **ANEXO 11. Buenas prácticas preventivas sobre viajes y trabajos de campo.**

Para la realización de trabajos de campo, se seguirán las recomendaciones del documento de buenas prácticas preventivas BPP-10 sobre TAREAS DE CAMPO (ratificado por el comité de seguridad y salud de la UCLM el 24/11/2010) teniendo en cuenta las adaptaciones para esta situación relativas a la distancia de seguridad y al uso de vehículos compartidos:

- Reducir estos trabajos al mínimo imprescindible, aplazándolos siempre que sea posible hasta que se normalice la situación. Ajustar el tiempo mínimo indispensable para realizar las tareas.
- Solicitar el permiso para desplazamientos al responsable correspondiente en la UCLM.
- Viajará una persona por vehículo siempre que sea posible. Si no es así, seguir las indicaciones de las autoridades sanitarias (dos personas como máximo, en situación lo más separadas que sea posible y con máscara de protección respiratoria).
- Los vehículos deberán limpiarse de forma exhaustiva antes y después de cada uso.
- Evitar llevar y/o consumir alimentos en los vehículos. Ajustar la jornada para reducir esta necesidad en la medida de lo posible.

#### **Desplazamientos del PDI y del PAS.**

De acuerdo con el PROTOCOLO DE ACTUACIÓN DE LA UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA ANTE LA ALERTA SANITARIA POR COVID-19 (SARS-CoV-2)<sup>30</sup> en lo que tiene que ver con desplazamientos del PDI y del PAS se seguirán las siguientes instrucciones:

Siguiendo las recomendaciones del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, y mientras dure la alerta sanitaria, cualquier empleado de la Universidad de Castilla-La Mancha que, con motivo de su actividad en la universidad, deba viajar de manera inevitable a zonas de riesgo requerirá una autorización expresa y por escrito del Rector —o de las personas en quienes delegue—, previa solicitud motivada, con el visto bueno del director o directora del departamento, o director o directora del área/unidad responsable. En la web del Ministerio de Sanidad se mantendrá actualizada la información sobre las zonas de riesgo en función de las recomendaciones de las autoridades sanitarias<sup>31</sup>.

Los empleados que estén desplazados en zonas de riesgo y no estén afectados por medidas de confinamiento o cuarentena deberán seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias y de las instituciones de acogida. La Universidad de Castilla-La Mancha les facilitará el apoyo que requieran en cada caso.

Los empleados serán los responsables de obtener las autorizaciones administrativas necesarias para todos sus desplazamientos, así como de hacer las comunicaciones oportunas.

Los directores de departamento procurarán que el personal docente e investigador tramite oportunamente las comunicaciones de todos sus desplazamientos y mantendrán actualizada la relación de todos los desplazamientos autorizados comunicándolos al Vicerrectorado de Profesorado de la UCLM mediante la dirección electrónica: [vic.profesorado@uclm.es](mailto:vic.profesorado@uclm.es). Del mismo modo, los directores de departamento comunicarán los desplazamientos del personal investigador al Vicerrectorado de Investigación y Política Científica a la dirección electrónica [vic.investigación@uclm.es](mailto:vic.investigación@uclm.es)

Los vicegerentes, directores de área/unidad, y los administradores y responsables de los distintos servicios serán las personas encargadas de tramitar y mantener actualizada la relación del personal de administración y servicios que se desplaza. Comunicarán los desplazamientos a la Gerencia mediante la dirección electrónica [gerencia@uclm.es](mailto:gerencia@uclm.es).

<sup>30</sup><https://www.uclm.es/-/media/Files/A01-Asistencia-Direccion/A01-200-Gerencia/COVID-19/PROTOCOLO-Revisado.ashx?la=es>

<sup>31</sup> <https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p><b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b></p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 48 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

### ANEXO 12. Buenas prácticas preventivas sobre teletrabajo.

El teletrabajo será la opción por defecto mientras dure la situación de emergencia de acuerdo con los protocolos e instrucciones elaborados por el Consejo de Dirección de la UCLM.

Las buenas prácticas preventivas relacionadas con el teletrabajo estarán disponibles para poder ser descargadas en la web de información y recomendaciones de la COVID-19 o en la del Servicio de Prevención de la UCLM. Incluyen entre otras, recomendaciones sobre:

- Teletrabajo, trabajo en el domicilio. Pautas de organización<sup>32,33</sup>.
- Autoevaluación del puesto de trabajo<sup>34,35</sup>.
- Trabajo con ordenadores<sup>36</sup>.
- Pausas.
- Estiramientos y ejercicios de relajación.



Recomendaciones para el TELETRABAJO. Organización y relajación/estiramientos.

<sup>32</sup> <https://www.uclm.es/-/media/Files/A01-Asistencia-Direccion/A01-200-Gerencia/COVID-19/ServicioPrevencion/Ergonomia-y-teletrabajo-UCLM.ashx?la=es>

<sup>33</sup> [https://www.uclm.es/-/media/Files/A01-Asistencia-Direccion/A01-200-Gerencia/COVID-19/ServicioPrevencion/Cartel\\_Teletrabajo.ashx?la=es](https://www.uclm.es/-/media/Files/A01-Asistencia-Direccion/A01-200-Gerencia/COVID-19/ServicioPrevencion/Cartel_Teletrabajo.ashx?la=es)

<sup>34</sup> <https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/NTP/PVD/Test%20evaluacion%20puestos%20PVD.pdf>

<sup>35</sup> <https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/TAPVD.zip>

<sup>36</sup> <https://previa.uclm.es/servicios/prevencion/documentacion/PVD.asp>

 Servicio de Prevención y Medio Ambiente	<b>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</b>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 49 de 50
GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.		

### **ANEXO 13. Buenas prácticas preventivas sobre ida y vuelta del trabajo.**

Los trabajadores deberán cuidar las distancias y las medidas de prevención de contagios e higiene en el hogar, máxime si conviven con personas de grupos de riesgo.

#### **Antes de ir al trabajo.**

1. Si se presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con la COVID-19 no se debe acudir al trabajo y se tiene que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de la JCCM (900 122 112 o 900 23 23 23) o con el centro de atención primaria y seguir sus instrucciones. No se debe acudir al puesto de trabajo hasta que se confirme que no hay riesgo para el enfermo o para los demás. Se recomienda consultar el decálogo de cómo actuar en caso de síntomas<sup>37</sup>.
2. Si se ha 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 se ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por la COVID-19, tampoco se debe acudir al puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días. Durante ese periodo se debe realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.
3. Si se es vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión) no se debe acudir al centro de trabajo. En caso de que no se puedan realizar las tareas a distancia, se deberá contactar con el médico de familia para que acredite, en su caso, que efectivamente se debe permanecer en una situación de aislamiento a efectos laborales y, si así fuese, se considerará una situación asimilada a accidente de trabajo para la prestación económica de incapacidad temporal.

#### **Desplazamientos al trabajo.**

En todo momento se cumplirán las restricciones de movilidad que establezca en cada momento la autoridad sanitaria (número de viajeros en cada vehículo y uso de mascarilla).

1. Siempre que sea posible, se deben priorizar las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal. Por esta razón, es preferible en esta situación el transporte individual. Se debe guardar la distancia interpersonal cuando se vaya caminando por la calle.
2. Si hay que desplazarse en un turismo, extremar las medidas de limpieza del vehículo y mantener la mayor distancia posible entre los ocupantes.
3. En los viajes en transporte público, taxi o VTC, se debe guardar la mayor distancia posible con los compañeros de viaje. Se usará mascarilla higiénica si lo indican las autoridades sanitarias.
4. Extremar las medidas de higiene y limpieza al volver al domicilio.

<sup>37</sup>[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200325\\_Decalogo\\_como\\_actuar\\_COVID19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200325_Decalogo_como_actuar_COVID19.pdf)

 <p>Servicio de Prevención y Medio Ambiente</p>	<p>BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS</p>	Ref.: BPP-17
		Revisión: 0
		Fecha: 05/05/2020
		Página 50 de 50
<p>GESTIÓN DE LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO PRESENCIAL TRAS EL ESTADO DE ALARMA SANITARIA POR SARS-CoV-2. MEDIDAS PREVENTIVAS.</p>		

#### **ANEXO 14. Organización de actos públicos y cesión de espacios a terceros.**

En cuanto a la organización de actos públicos y cesión de espacios a terceros, éstas tendrán carácter excepcional y seguirán las pautas de este protocolo, así como las recomendaciones del documento de buenas prácticas preventivas BPP-11 sobre ORGANIZACIÓN DE ACTOS PÚBLICOS Y CESIÓN DE INSTALACIONES O LOCALES A TERCEROS (ratificado por el comité de seguridad y salud de la UCLM el 7/11/2011) teniendo en cuenta las adaptaciones para esta situación relativas a las medidas para garantizar la distancia de seguridad establecida en los accesos y salidas de los edificios (vías de circulación, escaleras, ascensores, etc.). Se debe asegurar que la distancia interpersonal está garantizada en las zonas comunes y, en cualquier caso, deben evitarse aglomeraciones de personal en estos puntos.

- Minimizar los actos públicos y limitarlos al número de personas y condiciones que establezca en cada momento la autoridad sanitaria.
- Reducir el aforo de los locales utilizados de acuerdo con lo indicado en los protocolos de la UCLM.
- Reforzar las labores de limpieza en caso de ser necesario en las zonas utilizadas.
- En los casos en que haya trabajadores de empresas externas a la UCLM, se estará a lo indicado en el anexo correspondiente.