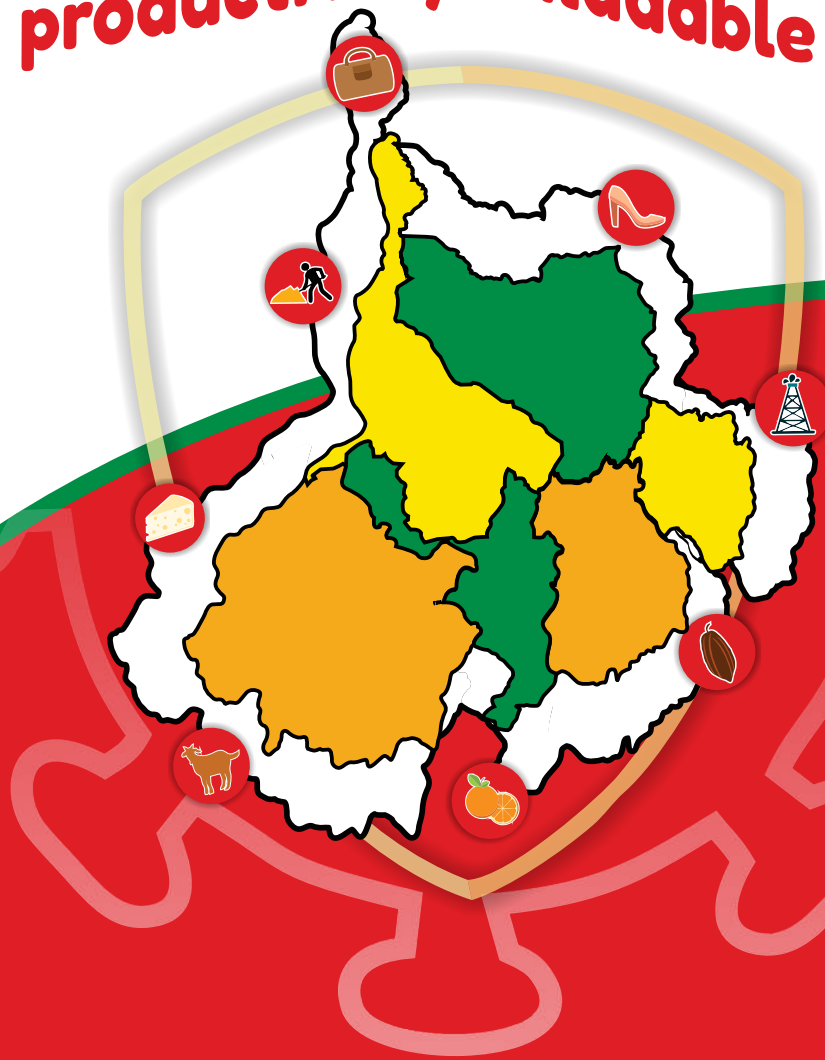


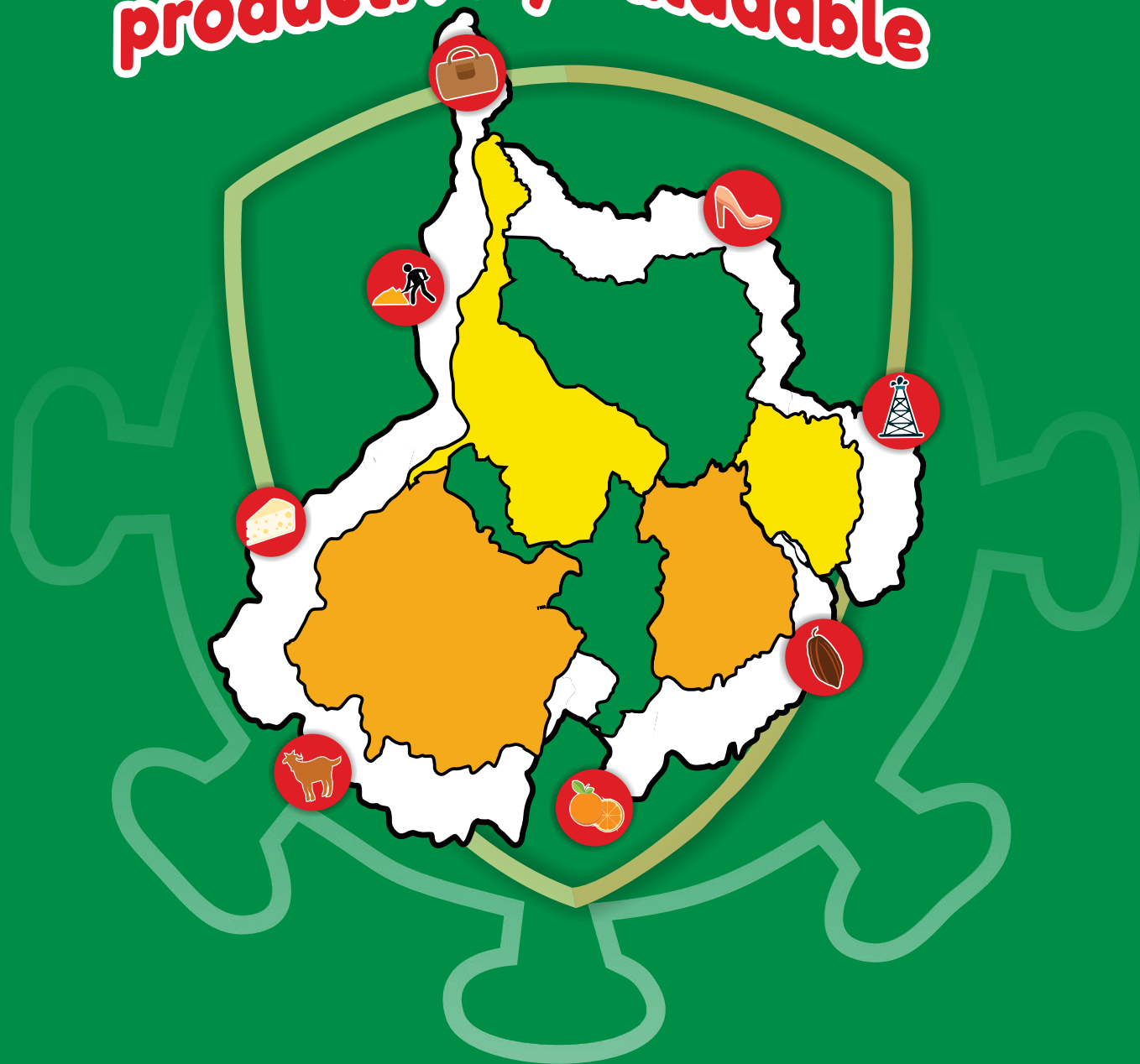


# Santander productivo y saludable



**Guía de implementación de protocolos  
de bioseguridad para la disminución de  
riesgo por COVID-19.**

# Santander productivo y saludable



**“Santander productivo y saludable”:** Guía de implementación de protocolos de bioseguridad para la disminución de riesgo por COVID-19.

### Autores

Zaida Vianney Bautista Gamboa  
Jenny Katherine Bautista Rojas  
Nieves Zoraida Flórez García  
Daniel Eduardo Manosalva Ticora  
Jenny Tatiana Moreno Scovino  
Alba Yaneth Rincón Méndez  
Janneth Carolina Sánchez Cuadros

### Diagramación y diseño

Rosiris Duque Arroyo  
Comunicadora Social

Instituto Proinapsa UIS  
proinaps@uis.edu.co

Bucaramanga, diciembre del 2020

Primera edición

© Queda prohibida la reproducción total o parcial de este documento, por cualquier medio escrito o visual, sin previa autorización de la Secretaría de Salud de Santander y el Instituto Proinapsa UIS.

La presente guía se desarrolló dentro del marco del Contrato Interadministrativo No. CO1.PCCNTR-1911985 de 2020, suscrito entre la Universidad Industrial de Santander y la Secretaría de Salud Departamental.



Mauricio Aguilar Hurtado  
**Gobernador**

Javier Alonso Villamizar Suárez  
**Secretario de Salud Departamental**

Germán Eduardo Marín Cárdenas  
**Director de Salud Integral**

Luz Marina Uribe Rivero  
**Coordinadora de Gestión de Salud Pública**



Hernán Porras Díaz  
**Rector**

Fabio Bolívar Grimaldos  
**Decano Facultad de Salud**

Blanca Patricia Mantilla Uribe  
**Directora Instituto Proinapsa**

Alba Yaneth Rincón Méndez  
**Coordinadora del Proyecto**

**Créditos**

# Contenido

|   |            |
|---|------------|
| Presentación  | <b>6</b>   |
| Un marco conceptual orientador  | <b>11</b>  |
| ¿Qué es la COVID-19?  | <b>11</b>  |
| Mecanismos de contagio  | <b>11</b>  |
| Formas de prevención y mitigación   | <b>11</b>  |
| Determinantes sociales de la salud y COVID-19                                   | <b>12</b>  |
| Economía, reactivación de sectores productivos y COVID-19                       | <b>14</b>  |
| Marco normativo-Guías y lineamientos para la prevención del riesgo por COVID-19 | <b>21</b>  |
| Prácticas claves para su cuidado y el mío                                       | <b>29</b>  |
| Herramientas para la implementación de las prácticas claves                     | <b>99</b>  |
| Alianzas y Trabajo intersectorial “El cuidado colectivo es la prioridad”        | <b>127</b> |
| Glosario  | <b>139</b> |
| Bibliografía  | <b>158</b> |

# Presentación

El 31 de diciembre de 2019, la Comisión Municipal de Salud de Wuhan en China notificó la existencia de un conglomerado de casos de neumonía que posteriormente se relacionó con la presencia del nuevo coronavirus. El 10 de enero, una vez se confirma la situación la OMS emite recomendaciones técnicas para todos los países sobre el modo de detectar casos, realizar pruebas y manejar los posibles afectados. *(Organización Mundial de la Salud, 2020).*

Para este momento, todavía parecía algo distante para América Latina y Colombia, todas las personas se limitaban a observar las noticias sobre lo que ocurría en países como Italia, España y China.

Sin embargo, el 6 de marzo de 2020 se confirma el primer caso de COVID-19 en Colombia. El país entró en una situación de incertidumbre, pero también en la implementación de acciones rápidas para la prevención del contagio y la mitigación de los efectos de la COVID-19. Una de las primeras medidas implementadas, fue la del confinamiento obligatorio. Para algunas personas y grupos sociales el confinamiento tuvo su mayor efecto en el hecho de no poder salir de casa, para otros grupos la situación ha sido más compleja, pues carecen de servicios básicos, no tienen seguridad alimentaria y con la incertidumbre del confinamiento, viene la incertidumbre del futuro inmediato, sobre cómo solucionar las necesidades más fundamentales del hoy y las del mañana.

Esta pandemia dejó ver las mayores inequidades y los efectos no solo de la pobreza monetaria sino de la pobreza multidimensional (trabajo digno, carencia o condiciones de vivienda, educación entre otros), una clara relación entre la COVID-19 y los determinantes sociales de las inequidades en salud.

Una circunstancia coyuntural asociada a la pandemia y especialmente al confinamiento como medida de protección y prevención, ha sido la suspensión de las actividades económicas. En todos los países el debate principal giró alrededor de los efectos de la pandemia sobre la productividad, pero también, la posibilidad de una exacerbación de la COVID-19 si los sectores productivos se reactivaban sin suficientes medidas que protegieran la salud de las personas.

De esta manera, la dupla de salud y productividad, parecieran no poder estar juntas, aspectos que en términos de desarrollo humano deben también equilibrarse con lo social y lo ambiental. **¿Cómo mantener las actividades económicas sin que estas pongan en riesgo la salud de las personas?** Un equilibrio bastante difícil de lograr en países en donde la inequidad es visible.

Por otro lado, la pandemia dejó al descubierto las debilidades en materia de salud y desarrollo y plantea la necesidad de planear y construir el territorio no solo para responder con sistemas de salud adecuados para la gestión efectiva de la pandemia, sino para transformar otras realidades de orden económico, ambiental y social que permitirán a futuro responder mejor a una situación similar.

Pero las medidas no pueden ser en el corto plazo, ni específicas del sector salud o el sector productivo. Debe pensarse en el mediano y largo plazo, no solo a partir del trabajo intersectorial sino de la coordinación

con otros territorios en función de lo que se quiere lograr.

Lo anterior, implica que los municipios tengan una visión de desarrollo que privilegie la salud y la vida de las personas, que tenga la capacidad de ver todos los entornos de su municipio y sus particularidades, así como vincular de manera permanente a representantes de la sociedad civil y los sectores productivos. *(Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO, 2020).*

Se requiere, tener una visión global del territorio, en donde nadie se quede atrás, que responda las necesidades específicas y las brechas propias identificadas y que sea permanente en el tiempo. Los líderes además, deben darse a la tarea de transmitir seguridad y propiciar las acciones de cuidado que la ciudadanía necesita, aliarse con otros territorios sabiendo que cada uno es particular pero que en conjunto pueden potenciar sus capacidades. *(Saldías C, 2020).*

Se requiere transitar de una cultura centrada en lo individual, a una cultura del cuidado, donde todas las personas son importantes y en donde prevalece la salud y la vida, por encima de otros intereses, fomentando valores como la solidaridad y la reciprocidad.

Colombia, no ha sido ajeno a las preocupaciones y debates anteriores. Por ello, se propuso generar guías y lineamientos con orientaciones generales y particulares por sector productivo, que permitieran en forma escalonada, reactivar la economía sin poner en riesgo la salud de las personas. Sin embargo, estos lineamientos no son suficientes, pues para su implementación se requiere la voluntad y acción política de los gobiernos, la disposición y responsabilidad de los sectores productivos y la decisión de las personas de hacer de su lugar de trabajo un entorno productivo y saludable.



Es así, como la Secretaría de Salud de Santander, decide apoyar la adecuación e implementación de las guías y lineamientos de bioseguridad para el manejo y control del riesgo de la COVID-19, en los entornos laborales del departamento de Santander, con el fin de fortalecer capacidades de equipos municipales y representantes de los sectores productivos, dando como resultado la presente guía de implementación de protocolos de bioseguridad para la disminución de riesgo por COVID-19.

**Este documento nos ofrece conceptos básicos, lineamientos integrados y herramientas que permitirán a los sectores productivos reactivar su actividad económica, disminuyendo los riesgos de contagio por Coronavirus y propendiendo por nuestra salud y la de las demás personas. Tiene énfasis en el sector informal de la economía, los pequeños y medianos productores, las empresas familiares y comercios menores, de acuerdo con la dinámica y el contexto de cada municipio.**

**Si nuestro negocio está en el ámbito de lo formal, podemos buscar asesoría de la Administradora de Riesgos Laborales-ARL. Por el contrario, si tengo una pequeña tienda o almacén en donde laboro con mi familia, pero no tengo afiliación a ARL, se puede buscar el apoyo del gobierno municipal en particular las secretarías de salud.**

Les invitamos a realizar un recorrido por este documento, el cual está organizado en cuatro apartados, de la siguiente manera

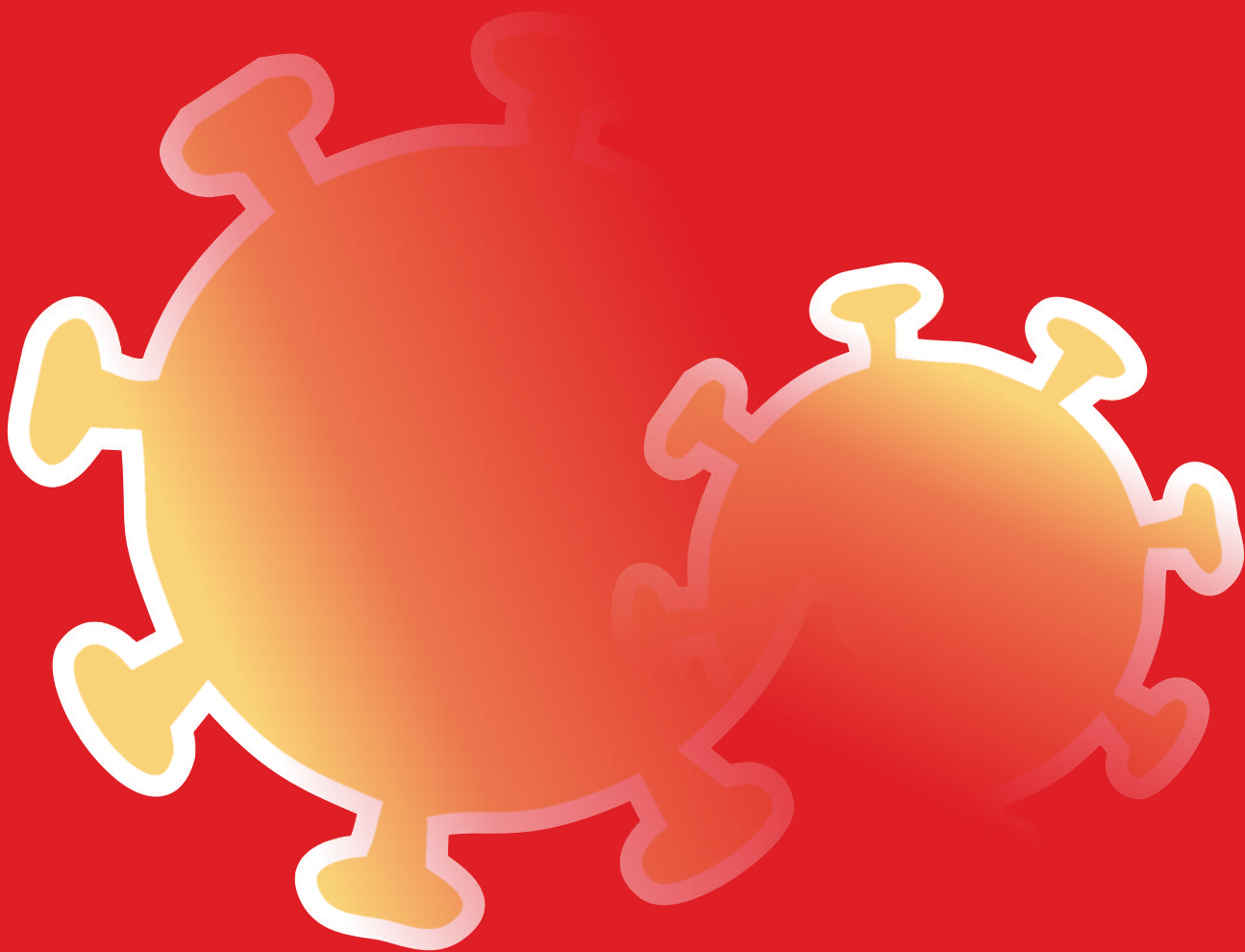
**Parte 1:** Un marco conceptual orientador

**Parte 2:** Prácticas claves para su cuidado y el mío

**Parte 3:** Herramientas para la implementación de las prácticas claves

**Parte 4:** Alianzas y Trabajo intersectorial **“El cuidado colectivo es la prioridad”**.

# Parte 1.



## Un marco conceptual orientador

### ¿Qué es la COVID-19?

El coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad respiratoria causada por el virus SARS-CoV-2. Tiene síntomas similares a los de la gripa común, alrededor del 80%, se recupera sin necesidad de un tratamiento especial. Otras personas, conocidas como casos asintomáticos, no experimentan ningún síntoma. El Coronavirus 2019 (COVID-19), puede causar enfermedades que van desde leves a graves y, en algunos casos, puede ser fatal. (*Ministerio de Salud y Protección Social, 2020*).

### Mecanismos de contagio

La infección se puede producir por dos vías: directa, cuando una persona enferma (sintomática o asintomática) tose o estornuda y expulsa partículas del virus que entran en contacto con otras personas. Indirecta, cuando una persona entra en contacto con superficies en las cuales se encuentra el virus.

### Formas de prevención y mitigación

Las medidas de prevención que han demostrado mejores resultados para la contención de la transmisión del virus son las siguientes:

- **Lavado de manos.**
- **Distanciamiento social.**
- **Uso de tapabocas.**

Además de estas medidas y teniendo en cuenta los mecanismos de transmisión del virus (gotas y contacto), debemos fortalecer los procesos de limpieza y desinfección de elementos e insumos de uso

habitual, superficies y equipos de uso frecuente; el manejo de residuos producto de la actividad o sector; adecuado uso de Elementos de Protección Personal-EPP y optimizar la ventilación del lugar, cumpliendo además con las condiciones higiénico sanitarias.

Sin embargo, existen otros factores de índole social, económico, político y cultural que pueden influir en el riesgo de contagio o en los efectos de la COVID-19 en poblaciones específicas, estos factores son reconocidos como **Determinantes Sociales de la Salud** y si bien existe un consenso sobre cuáles son, estos varían de un país a otro e incluso dentro de regiones más pequeñas.

## Determinantes sociales de la salud y COVID-19

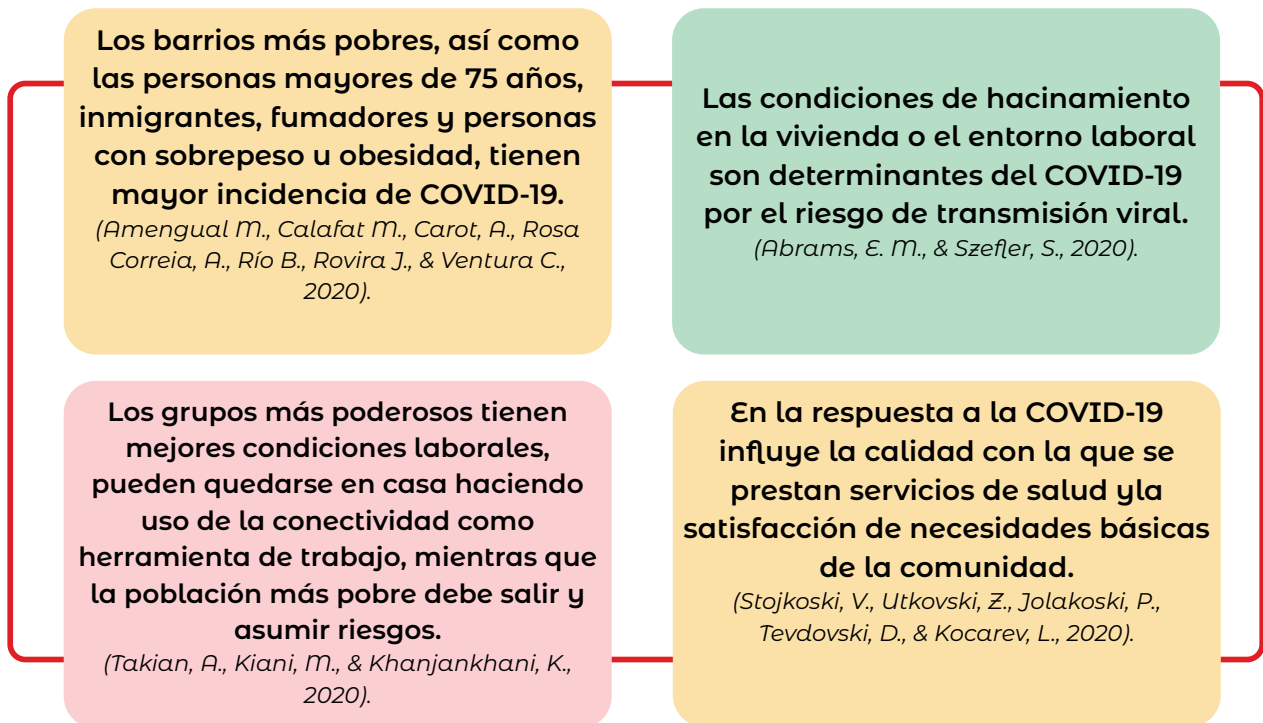
La historia de los determinantes sociales de la salud se remonta al año 2005, cuando la OMS creó la Comisión sobre los Determinantes Sociales de la Salud –CDSS, en la que participaron cerca de 20 expertos, cuya principal labor fue la recolección de evidencias alrededor de la salud y los factores que la determinan. En 2008 se produjo el informe sobre determinantes sociales de la salud con suficientes elementos científicos que muestran las desigualdades e inequidades en salud, así como los requisitos para abordar dichas inequidades.

Las condiciones en las que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen que influyen en las inequidades son los llamados determinantes sociales de la salud-DSS (*Organización Mundial de la Salud, 2011*). Esto incluye las políticas macroeconómicas, las políticas sociales, la cultura y la sociedad, las condiciones de trabajo e inserción social, así como los aspectos de género, etnia, educación, situación económica, la vivienda entre otros. Por otro lado, los estilos de vida de las personas, el

acceso y la calidad de los servicios de salud y bienestar. La evidencia científica demuestra la influencia de estos determinantes en la incidencia y la mortalidad de las pandemias.

A continuación, les presentamos algunos referidos por diferentes autores:

**Figura 1. Evidencia científica-Influencia de determinantes sociales de la salud en las pandemias.**



**Fuente: Adaptado de diversos autores, 2020**

Para *García Echeverry y Colaboradores*, la presencia desigual de estos factores en la población trae como consecuencia inequidades, cuyo impacto dependerá del nivel de desarrollo de las sociedades y de la respuesta de las entidades gubernamentales. Para estos autores Colombia ha implementado una respuesta desigual frente a la pandemia por COVID-19 en las distintas regiones del país. La ciudad capital y ciudades principales han reaccionado más eficientemente y

con mayor anticipación, sin embargo, en ciudades como Bogotá (capital de Colombia), la desigualdad en algunas localidades ha dado paso a un incremento en el número de contagios por COVID-19 y en regiones como la Amazonía, las iniciativas del gobierno han sido débiles, tardías e insuficientes, teniendo en cuenta que la crisis en la infraestructura hospitalaria viene de mucho antes que la pandemia.

*(García, F., Alejandra, Moreno Jaime Eduardo, Pinto B. & Gómez A., 2020).*

## Economía, reactivación de sectores productivos y COVID-19

A través de la historia se ha destacado la relación entre el progreso económico de las regiones y el mejoramiento de las condiciones de salud de las personas. Así mismo, se ha demostrado que la salud individual y colectiva, tiene una fuerte influencia sobre la capacidad productiva y el desarrollo económico de los países.

*Esto quiere decir que, si un territorio quiere mejorar su capacidad productiva, ha de invertir en la salud de las personas, no solo en servicios de salud, sino en otros aspectos de la vida cotidiana que son generadores de salud, como la educación, la provisión de entornos saludables, entre los que encontramos el entorno laboral.*

*(García-R., García A., Priego O., & Martínez- L., 2017).*

Según la CEPAL, América Latina y el Caribe se enfrentan a una crisis económica producto de la pandemia. Antes de esta, se preveía que la región crecería un máximo del 1,3% en 2020. Sin embargo, los efectos de

la crisis han llevado a cambiar esa previsión y pronosticar una caída del PIB de al menos un 1,8%.*(CEPAL, 2020).*

Para el caso de Colombia, el escenario no es alentador, según Fedesarrollo el desempleo podría aumentar entre un 15% y un 20,5%. Esto significa que podría haber dos millones y medio de nuevos desempleados.*(Rodríguez, 2020).*

En cuanto a la reactivación económica en tiempos de pandemia, Bonet y colaboradores, hablan de encadenamiento productivo, según el cual, a pesar de que algunas actividades económicas no enfrentan restricciones, se ven igualmente afectadas porque demandan insumos u ofrecen bienes y servicios a otros sectores que se encuentran afectados por las restricciones.

*Es por esto que, la complementariedad entre las políticas de salud y las políticas económicas, así como las acciones personales y grupales (en este caso para las diferentes empresas y sectores económicos), son de vital importancia para poder enfrentar la pandemia y comenzar un proceso de reactivación económica.*

*(Bonet J., Ricciulli D., Pérez G., Galvis L., Haddad E., Araújo I. & Perobelli F., 2020.*

Llegados a este punto de la pandemia y después de las diferentes medidas tomadas por el gobierno, no es posible llegar a una reactivación económica sin antes haber logrado controlar la pandemia, teniendo en cuenta que cuando la economía comience a reactivarse, las probabilidades de contagio aumentarán.

La pandemia por la COVID-19 ha tenido un impacto grande en la vida y en la economía de las personas y de los países. Con el ánimo de salvaguardar la vida de las personas muchos países entre ellos

Colombia, implementaron medidas como el distanciamiento social, cierre de escuelas, aeropuertos, terminales terrestres, fronteras, restaurantes, centros de congregación masiva como iglesias, centros comerciales, plazas de mercado entre otros, además del confinamiento obligatorio.

La reactivación económica representa retos y tiene una gran relevancia e impacto para la salud de las personas, pero su éxito dependerá de las medidas que se adopten en el entorno laboral para lograr el éxito en la contención de la enfermedad. *(Peraza-de-Aparicio C., 2020)*. Para estos dilemas es necesario continuar en la tarea de salvar las vidas de las personas, pero también, proteger y garantizar los medios de subsistencia, lo cual implica una reactivación de la economía y la capacidad productiva de los territorios. *(Cadena A., Child F., Craven M., Ferrari F., Fine D., Franco J. & y Wilson M., 2020)*.

## Las condiciones del entorno laboral y la COVID 19

Según la Comisión de Determinantes Sociales de la Salud - CDSS, uno de los determinantes es el empleo y trabajo digno, las condiciones laborales en entornos seguros y saludables. El abordaje de este determinante es clave en el marco de la pandemia por COVID-19, para contribuir al alcance del equilibrio entre productividad y salud, teniendo en cuenta que mejores condiciones económicas aportan a la salud y la vida y así mismo, las personas saludables son más productivas y contribuyen de forma significativa en la dinámica económica de los territorios. En este sentido el documento **“Determinantes sociales de la salud. Subsanan las desigualdades en una generación”**, nos propone los siguientes aspectos para tener en cuenta: *(Organización Mundial de la Salud, 2009)*.



- El empleo y trabajo digno debe ser un objetivo común de todos los actores y sectores públicos y privados involucrados en la productividad de los países y territorios.
- Para contribuir a la equidad en salud, es necesario que el empleo sea seguro, que esté libre de peligros para la salud integral de las personas, que esté bien remunerado y que procure que el bienestar de los trabajadores se extienda no solo al espacio laboral sino también a sus vidas personales y privadas.
- Es necesario proteger a todas las personas del sector productivo. Para que tengan una vida saludable y pueda alcanzar la equidad sanitaria, es necesario el empleo seguro, sin peligros y bien remunerado, que haya posibilidades de empleo a lo largo de todo el año y que exista un equilibrio justo entre la vida profesional y la vida privada para todos.
- Ofrecer a los hombres y a las mujeres empleos de calidad suficientemente remunerados, teniendo en cuenta el costo real y actual de una vida sana, buscando que las personas no estén expuestas a riesgos derivados de su labor o responsabilidad laboral.

Durante la fase de reactivación de la economía, para garantizar que esta sea segura es necesario definir estándares, medidas y procedimientos que minimicen los riesgos de contagio, considerando la especificidad de los sectores productivos y territorios, y que prioricen la protección de los trabajadores y los consumidores. Se debe contemplar,

entre otras medidas: el uso de elementos de protección personal, prácticas de convivencia de los trabajadores y de desinfección de los lugares de trabajo, normas para la relación con proveedores y clientes, mecanismos de distanciamiento físico entre las personas y, el teletrabajo, si es posible. (CEPAL, OPS, 2020).

Teniendo en cuenta lo anterior, es de especial importancia el aporte desde los entornos laborales, desde recomendaciones sobre la prevención de riesgos hasta la creación de planes de acción que favorezcan el análisis particular, y el cuidado de las personas que desempeñan sus labores en los diferentes sectores económicos, priorizando su salud, entre otros.

## ***“Sin salud, la economía no avanza”***

*Cadena y colaboradores*, consideran que, para hacer una reactivación económica en los países y territorios, es necesario tener en cuenta tres aspectos fundamentales los cuales se mencionan de manera textual:

- Las cifras de casos y, aún más importante, de hospitalizaciones, deben ser suficientemente bajas para que el sistema sanitario pueda manejarlos individualmente y no a través de medidas masivas.
- Efectividad de los sistemas existentes para detectar, gestionar y prevenir nuevos casos. Los requerimientos para estos sistemas incluyen: capacidad médica suficiente, en especial de unidades de cuidados intensivos (UCIs) para los enfermos de gravedad, posibilidad de realizar pruebas de diagnóstico de COVID-19 con tiempos de respuesta cortos, mecanismos para identificar y aislar eficazmente casos y contactos, incluidas herramientas digitales

para el intercambio de información crítica en tiempo real, especialistas calificados, camas y equipos de protección personal, entre otros y educación a la ciudadanía informada con la mejor evidencia científica disponible.

- Las empresas necesitarán protocolos para mantener la distancia física y prevenir la aparición de nuevos casos. [...] Adicionalmente, es posible que cada sector y subsector deba implementar requisitos y procedimientos específicos para garantizar la salud de los trabajadores y del resto de la comunidad.

Así mismo, basándose en principios de cambio de comportamiento, se recomienda tener en cuenta los siguientes aspectos para fortalecer la promoción de la salud y en consecuencia la transmisión de la COVID-19 en la población siguiendo las indicaciones de *(Van den Broucke, 2020)*.

- Motivar a las personas a adoptar comportamientos preventivos presentándoles una justificación clara, preferiblemente en forma de modelo mental del proceso de transmisión;
- Crear normas sociales que fomenten el comportamiento preventivo, a través de campañas dirigidas a la identidad personal y haciendo que las personas se retroalimenten entre sí;
- Crear el nivel y el tipo de emoción adecuados combinando las advertencias sanitarias con orientaciones concretas para la acción protectora;
- Dar orientaciones sobre cómo se pueden reemplazar los comportamientos de riesgo por otros más efectivos, en lugar de simplemente pedir que se detengan; y
- Facilitar el comportamiento, por ejemplo, incorporándolo a rutinas existentes o utilizando motivaciones o incentivos.

Colombia no ha sido ajeno a estas dinámicas y preocupaciones sobre cómo lograr un equilibrio entre economía y salud, de ahí que se han construido guías y lineamientos para el control del riesgo de contagio y la mitigación de los efectos de la COVID-19, con el fin de propiciar una reactivación económica escalonada, procurando siempre que se salvaguarde la salud de la población.

Según el informe **“Perfiles económicos departamentales 2020”**, publicado por el Ministerio de Comercio, Santander se ubica como la cuarta economía más importante para el país, por debajo de Bogotá, Antioquia y Valle del Cauca (*Ministerio de Comercio, 2020*).

De ahí que, en concordancia con el nivel nacional, **el Departamento de Santander se propuso proteger la salud de las personas y lograr una reactivación económica que lejos de generar más riesgos, contribuya a generar bienestar en su población.**



Santander, se comprometió con la adaptación y cumplimiento de las guías y lineamientos nacionales, para la prevención del riesgo por COVID-19, con el fin que los municipios y sus sectores productivos, con mayor énfasis en el trabajo informal, comprendamos la importancia de cumplir los protocolos de bioseguridad, identifiquemos la necesidad del trabajo articulado entre los organismos de salud y los sectores productivos y encontremos herramientas sencillas que nos permita adoptar prácticas y comportamientos claves para la prevención de riesgos y el desarrollo de actividades laborales satisfactorias. Acciones que le apuestan a la consolidación de nuestros municipios para ser más productivos y saludables.

## Marco normativo-Guías y lineamientos para la prevención del riesgo por COVID-19



La normatividad que existe en el país es amplia y debe ser puesta en marcha por los municipios y sectores en general. Sin embargo, en este documento haremos énfasis en las guías y lineamientos de bioseguridad para el manejo y control del riesgo de COVID-19, en los entornos laborales, con prioridad en los sectores agrícola, pecuario, manufactura y comercio.

En el siguiente cuadro compartimos las guías y lineamientos cuyas orientaciones debemos tener en cuenta, para proponer prácticas y comportamientos claves las cuales han sido emitidas por el Ministerio de Salud y Protección Social o el Ministerio del Trabajo:

**Tabla 1. Guías y lineamientos para el manejo y control de riesgo de COVID-19.**

| Guía o lineamiento   | Objetivo  | Aplicación  |
|--|---|---|
|  <p><b>Resolución 666 de 2020</b></p> | <p>Adoptar el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus - COVID-19.</p> <p>Minimizar los factores de riesgo que pueden incidir en la transmisión de la enfermedad.</p> | <p>Aplica a todos los sectores productivos y organizaciones y personas, pues se trata de las medidas generales que son imprescindibles en los espacios laborales, sociales y familiares</p> |
|  <p><b>Resolución 748 de 2020</b></p> | <p>Orientar, en el marco de la pandemia por el nuevo coronavirus COVID-19, las medidas generales de bioseguridad que deben adoptar la industria manufacturera autorizada para la elaboración</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Industria manufacturera.</li> <li>• Elaboración de productos alimenticios y bebidas.</li> <li>• Industria petroquímica, y química.</li> </ul>      |



**Tabla 1. Guías y lineamientos para el manejo y control de riesgo de COVID-19.**

| Guía o lineamiento  | Objetivo   | Aplicación   |
|---|--|--|
|   | <p>de productos alimenticios y bebidas, industria petroquímica, química y sus relacionados, fabricación de otros productos minerales no metálicos y fabricación de productos metalúrgicos básicos, con el fin de disminuir el riesgo de transmisión del virus de humano a humano durante el desarrollo de todas sus actividades.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Productos minerales no metálicos</li> <li>• Productos metalúrgicos básicos.</li> </ul>  |
|  | <p>Orientar en el marco de la pandemia por el nuevo coronavirus COVID-19, las medidas generales de bioseguridad que debe adoptar el sector de comercio al por mayor de alimentos, bebidas y tabaco, al por menor en establecimientos no especializados y al por menor de alimentos, bebidas y tabaco en establecimientos especializados, actividades de restaurantes, cafeterías y servicio móvil de comidas y otros servicios de comidas, con el fin de disminuir el riesgo de transmisión del virus de humano a humano durante el desarrollo de todas sus actividades.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comercio al por mayor y al por menor de alimentos, bebidas y tabaco</li> <li>• Restaurantes, cafeterías</li> <li>• Servicio móvil de comidas y otros servicios de comidas.</li> </ul>           |
|  | <p>Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del Coronavirus COVID-19 en las siguientes actividades del sector comercio:</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comercio al por mayor no especializado</li> <li>• Comercio al por mayor de desperdicios, desechos y chatarra comercio al por menor de equipos de informática y de comunicaciones, en</li> </ul> |

**Tabla 1. Guías y lineamientos para el manejo y control de riesgo de COVID-19.**


| Guía o lineamiento | Objetivo   | Aplicación  |
|--------------------|--|---|
|                    | <p>CIIU 4665, CIIU 4690, CIIU 474, CIIU 4751, CIIU 4753, CIIU 4754, CIIU 4755; CIIU 4759, CIIU 4762, CIIU 4769, CIIU 4773, CIIU 4774, CIIU 4775, CIIU 478, CIIU 479.</p> | <p>establecimientos especializados.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Productos textiles en establecimientos especializados tapices, alfombras y cubrimientos para paredes y pisos en establecimientos especializados.</li> <li>• Electrodomésticos y gas o domésticos de uso doméstico, muebles y equipos de iluminación.</li> <li>• Artículos y utensilios de uso doméstico.</li> <li>• Otros artículos domésticos en establecimientos especializados.</li> <li>• Otros artículos deportivos, en establecimientos especializados.</li> <li>• Otros artículos culturales y de entretenimiento en establecimientos especializados.</li> <li>• Productos farmacéuticos y medicinales, cosméticos y artículos de tocador en establecimientos especializados.</li> <li>• Productos nuevos en establecimientos especializados artículos de segunda mano.</li> <li>• Puestos de venta móviles.</li> <li>• Comercio al por menor no realizado en establecimientos, puestos de venta o mercados.</li> </ul> |

Tabla 1. Guías y lineamientos para el manejo y control de riesgo de COVID-19.

| Guía o lineamiento  | Objetivo   | Aplicación  |
|---|--|---|
|    | <p>Orientar, en el marco de la pandemia por el nuevo Coronavirus COVID-19, las medidas generales de bioseguridad que deben adoptar los predios del sector agrícola, con el fin de disminuir el riesgo de transmisión del virus de humano a humano durante el desarrollo de todas sus actividades que incluyen los procesos de preparación de terrenos, nivelación y adecuación de parcelas, aplicación de fertilizantes previamente a la siembra, selección de semillas, riego, control de plagas y mantenimiento de los cultivos, tales como: aporques, entresacas, así como en los procesos de cosecha, recolección, empaque y almacenamiento.</p> | <p>Sector agrícola.</p>   |
|  | <p>Orientar, en el marco de la pandemia por el coronavirus COVID-19, las medidas generales de bioseguridad para adoptar en desarrollo del sector pecuario relacionados con las explotaciones avícolas, porcícolas, ganadera, equina, acuícolas y pesquero y predios productores de pequeñas especies, con el fin de disminuir el riesgo de transmisión del virus de humano a humano durante el desarrollo de todas sus actividades.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sector pecuario:</b> explotaciones avícolas, porcícolas, ganadera, equina, acuícolas, pesquero.</li> <li>• Predios productores de pequeñas especies.</li> <li>• Empresas productoras, importadoras, de almacenamiento.</li> <li>• Acondicionadoras y comercializadoras de insumos pecuarios.</li> </ul> |



**Tabla 1. Guías y lineamientos para el manejo y control de riesgo de COVID-19.**

| Guía o lineamiento   | Objetivo   | Aplicación   |
|--|--|--|
|  <p><b>Resolución 1285 de 2020</b></p>  | <p>Orientar, en el marco de la pandemia por el nuevo Coronavirus COVID-19, las medidas generales de bioseguridad que se deben adoptar en los servicios y actividades de alojamiento.</p>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alojamiento en hoteles</li> <li>• Alojamiento en apartahoteles</li> <li>• Alojamiento en centros vacacionales</li> <li>• Alojamiento rural</li> <li>• Otros tipos de alojamiento para visitantes</li> <li>• Actividades de zonas de camping y parques para vehículos recreacionales</li> <li>• Servicio por horas y otros tipos de alojamiento</li> </ul> |
|  <p><b>Resolución 735 de 2020</b></p> | <p>Orientar, en el marco de la pandemia por el nuevo Coronavirus COVID-19, las medidas generales de bioseguridad que se deben adoptar en los servicios que hacen parte integral de la presente resolución.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Centros de llamada, de contacto, soporte técnico, procesamiento de datos.</li> <li>• Centro de servicios compartidos, incluidos la externalización de los costos del negocio,</li> <li>• Servicios domiciliarios, mensajería y plataformas digitales.</li> </ul>  |

**Fuente. Ministerio de Salud y Protección Social, 2020.**

Es importante decir que estas guías y lineamientos están respaldados por normas de orden nacional y general que nos han regido desde el inicio de la pandemia. Algunas de ellas son:

**La Resolución 385 de 2020** mediante la cual se decretó la emergencia sanitaria en todo el territorio nacional, **los Decreto 457 del 22 de marzo**

de 2020 y Decreto 593 del 24 de abril, mediante los cuales se dan orientaciones para el mantenimiento del orden público, la preservación de la salud y la garantía de seguridad alimentaria.

Así mismo, el Decreto 539 del 13 de abril de 2020 y Decreto 636 del 6 de mayo del mismo año en donde se define que es el Ministerio de Salud y Protección Social quien está autorizado para expedir los protocolos que sobre bioseguridad se requieren en todas las actividades económicas, sociales y sectoriales.

De igual forma, la circular 0017 del 24 de febrero de 2020 del Ministerio del trabajo y la circular 0018 conjunta entre Ministerio de Salud, Ministerio de Trabajo y la Dirección de Función Pública emiten lineamientos mínimos para implementar la prevención y mitigación del riesgo de COVID-19 en los entornos laborales.

Por supuesto hay muchas otras normas, así como documentos técnicos que podemos consultar en la página del Ministerio de Salud y Protección Social, así como documentos de interés, infografías y piezas gráficas que pueden ser consultadas y utilizadas por todos los municipios y departamentos. En el siguiente enlace podemos encontrar la información general:



[https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/COVID-19\\_copia.aspx](https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/COVID-19_copia.aspx)

Si lo que queremos es conocer más del marco normativo, podemos ir directamente al siguiente enlace:



<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Documentos-Administrativos-COVID-19.aspx>

De otra parte, es clave conocer los términos de mayor uso en la pandemia, saber su significado a fin de comprender mejor las

indicaciones que se ofrecen en las diferentes normas, por ello la **Resolución 666 de 2020** ha propuesto unas definiciones que podemos encontrar en el siguiente enlace junto a otras definiciones que se consideran importantes.



**Glosario de términos**



**Tanto el marco conceptual, como normativo, permite construir prácticas y comportamientos claves que contribuirán a que los sectores productivos en los municipios de Santander, puedan hacer una reapertura económica, gradual y segura para las personas. A continuación, en la segunda parte de este documento, hacemos referencia a las prácticas y comportamientos claves que son generales y deben ser adoptados por todas las personas y algunas prácticas y comportamientos que son específicos según el sector productivo.**

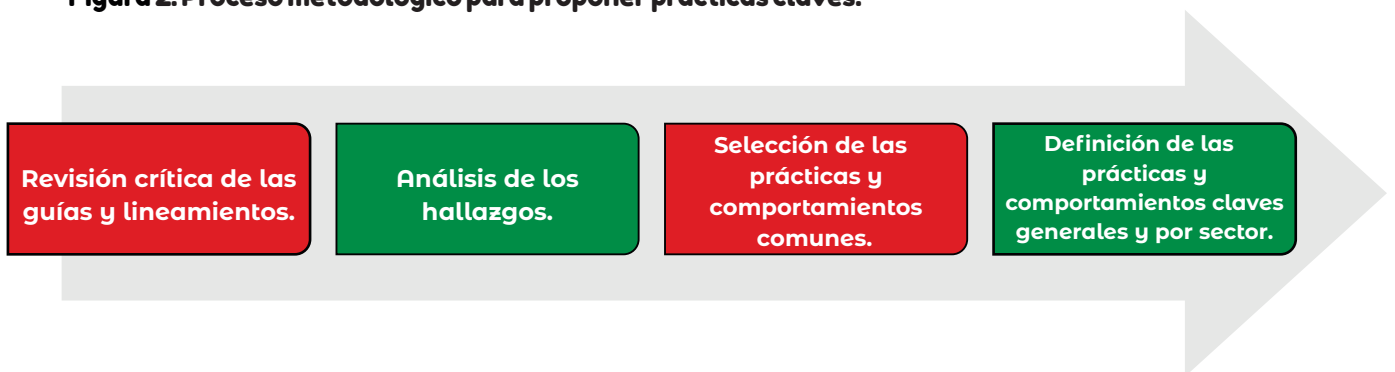
# Parte 2.



## Prácticas claves para su cuidado y el mío

En esta parte del documento encontraremos las prácticas y comportamientos claves necesarios para disminuir el riesgo de contagio y los efectos de la COVID-19 en el entorno laboral. **Como se mencionó en el primer capítulo hacemos énfasis en los sectores: agrícola, manufactura y comercio.** Para proponer las prácticas y comportamientos claves, se tuvo en cuenta el siguiente proceso:

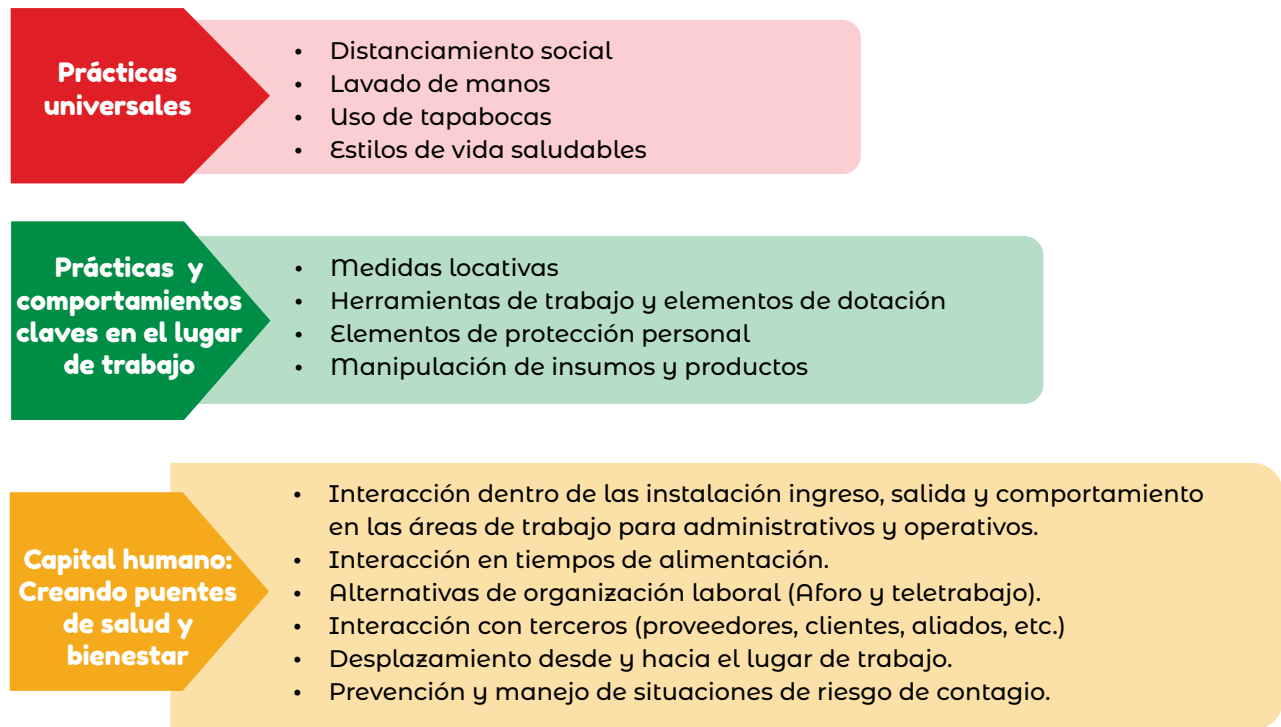
**Figura 2. Proceso metodológico para proponer prácticas claves.**



**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa-UIS, 2020.**

A partir de la revisión anterior y de la búsqueda de otros documentos basados en evidencia científica de apoyo, proponemos las prácticas y comportamientos claves que describimos a continuación, los cuales hemos organizado teniendo en cuenta lo propuesto en las guías y lineamientos nacionales:

**Figura 3. Prácticas y comportamientos claves.**



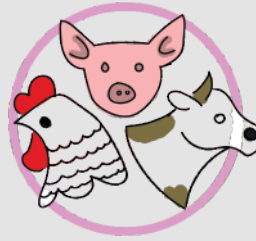
**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa-UIS, 2020.**

A continuación, haremos la descripción de aquellos aspectos que son comunes a todos los sectores y posteriormente aquellos que son específicos por sector, para lo cual utilizaremos **íconos diferenciadores de la siguiente manera:**

**Prácticas y comportamientos generales**



**Sector pecuario**



**Sector agrícola**



**Sector de hotelería**



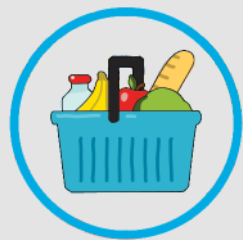
**Sector manufacturero**



**Sector de servicios de domicilios y otros relacionados**



**Sector de comercio al por mayor y por menor de bebidas y alimentos**



**Sector de comercio de productos especificados y no especificados**



A sí mismo, describiremos **las prácticas y comportamientos claves en el marco de seis (6) pasos** que nos permitirán implementar las guías y lineamientos y contar con un plan de acción para este fin. Los pasos propuestos son los siguientes:

## Paso 1.

### **Identificando con quién contamos dentro de nuestro entorno laboral.**

En este paso tenemos dos componentes, los cuales proponemos aplicar tanto en el sector formal, como el informal.

Lo primero es tener **información completa, consolidada, actualizada y a la mano, de los trabajadores y demás personal, que prestan los servicios en el lugar de trabajo**. Para ello, proponemos hacer una base de datos que cuente como mínimo, con datos de identificación, de contacto y que especifique las condiciones de salud. Esta información nos permite crear un **canal de comunicación directo con todo aquel que trabaje** allí o se encuentre dentro de las instalaciones.

Después de conocer con quien contamos en el entorno laboral, podemos **designar a una persona o un equipo de personas** que apoyen la implementación de las guías y que entre sus funciones se proponga crear y consolidar estrategias y alianzas con el municipio, o secretaria de salud municipal en caso de pertenecer al sector informal, o con la ARL o EPS en caso de hacer parte del sector formal; con el fin que haga los reportes y gestiones necesarias, para el control de la pandemia. Proponemos que esta persona haga seguimiento a quienes integran el entorno laboral, teniendo en cuenta las siguientes responsabilidades:



- Ser el principal canal de comunicación con las personas acerca de los protocolos de bioseguridad para el entorno laboral. Comunicar a las personas las medidas adoptadas por la organización o empresa en relación con limpieza y desinfección del establecimiento, cuyo cumplimiento es responsabilidad de todos.
- Identificar los trabajadores o personas vinculadas, que pertenezcan a población vulnerable, tales como: adultos mayores de 70 años con enfermedades como diabetes tipo 1, enfermedad cardiovascular, VIH, cáncer, que hagan uso de corticoides o inmunosupresores. Enfermedad Obstructiva Crónica - EPOC y mujeres gestantes, quienes deben estar aislados en casa y se les asignarán, dentro de lo posible, actividades o tareas de trabajo en casa, para evitar contagio o posibles efectos del mismo.
- Reportar casos probables o sospechosos de la COVID-19, en el entorno laboral, así como encontrar a las personas que estuvieron en contacto él o ella, recomendar aislamiento y hacer seguimiento.
- Velar por el cumplimiento de las medidas preventivas adoptadas en el marco de la COVID-19. **“Cumplir los protocolos establecidos es compromiso de cada persona”**, pero al interior de la empresa, podemos contar con alguien que nos ayude a recordar cuales son las medidas que se han dispuesto en nuestro entorno laboral. Para ello, podemos disponer de mecanismos y estrategias de comunicación, en donde se clarifique que se está buscando la seguridad y el bienestar.

*La información completa, consolidada, actualizada y a la mano de personas que laboran o prestan servicios en cualquiera de los entornos laborales, es clave para el control de riesgo de COVID-19.*

## **Paso 2.** Identificando el riesgo de nuestro entorno laboral.

Como describimos en la primera parte, la transmisión del virus puede darse por el contacto directo con personas enfermas o con superficies que dichas personas hayan manipulado.

*“Antes de emprender acciones es fundamental determinar en dónde y cuáles son nuestros riesgos”.*

Teniendo en cuenta esto, se hace prioritario que, en nuestros sectores laborales, podamos identificar en dónde y cómo estamos frente al riesgo. Por lo cual en este documento ofrecemos algunas orientaciones para la implementación de prácticas y comportamientos que nos permiten prevenir y/o disminuir las consecuencias de la COVID-19 en un entorno laboral.

En los entornos laborales existen **3 grandes grupos de personas que pueden estar expuestas al riesgo** (*Ministerio de trabajo de Colombia, 2020*). Estos grupos son:

**Personas con exposición directa:** aquellas cuya actividad laboral implica tener contacto directo con casos sospechosos o enfermos. **Por ejemplo:** quienes poseen farmacias o boticas dentro del municipio; a quienes acuden las personas enfermas en búsqueda de algún tratamiento. Así mismo, quienes laboran en morgues, funerarias o cementerios.

**Personas con exposición intermedia:** aquellas cuya actividad laboral implica contacto estrecho con otras, por tiempo mayor a 15 minutos y un espacio menor a 2 metros. Por ejemplo: quienes se dedican a transporte informal como moto taxi, fábricas caseras de alimentos, choferes de flota, vendedores ambulantes de terminales.

**Personas con exposición indirecta:** aquellos cuya actividad laboral implique contacto con personas y que pudiera ser incidental. Por ejemplo: personas que se dedican a limpieza y oficios varios, tenderos, personas que reciben o entregan materia prima, la persona que cuida vehículos en la calle, vendedores ambulantes, micromercados, tiendas de barrio, plazas de mercado, entre otros.

En el caso de los **entornos laborales formales** que cuentan con la asistencia y asesoría técnica de la ARL, debemos solicitarla para verificar medidas y acciones adoptadas en sus diferentes actividades, así como los controles necesarios para la COVID-19 en nuestro entorno.

Para el caso de los **entornos laborales no formales** les invitamos a plantearse **preguntas orientadoras** que encontrará en la **tabla 2**, las cuales permitirán conocer el riesgo de contagio según sus actividades y así, orientar las acciones de acuerdo con las guías y lineamientos de bioseguridad emitidos por el Ministerio de Salud Nacional.

Es importante tener en cuenta, que al determinar la formas en que las personas se exponen al riesgo según su labor, es posible también, pensar en la forma de controlar dichas situaciones en el entorno laboral favoreciendo la creación de entornos seguros para quienes los frecuentan. En la siguiente matriz, describimos el entorno laboral a manera de ejemplo y **le invitamos a describir su matriz de riesgos, utilizando el formato *anexo 1*.**

**Tabla 2. Análisis de riesgos en entornos laborales.**

|                                      |                                       | Exposición directa   | Exposición Indirecta  | Exposición Intermedia  |
|--------------------------------------|---------------------------------------|--|---|--|
| Sector económico (¿a qué se dedica?) | ¿Número de personas que laboran allí? | ¿En su entorno laboral se ofrecen servicios de atención en salud o tiene contacto con personas enfermas? | ¿Existe venta de productos o existe contacto con personas fuera del entorno laboral?          | ¿El espacio físico en su entorno laboral, hace que usted y/o las personas que allí se encuentran deban tener contacto estrecho (menor a 2 metros por más de 15 minutos)? |
| Ejemplo:<br>Comercio<br>Micromercado | 2                                     | No   | Si, la mercancía del micromercado   | No, las personas llegan, piden y se van.   |
|                                      |                                       |  | ¿Recibe o manipula constantemente elementos, materiales y/o dinero que provengan de la calle? |  |
|                                      |                                       |  | Si, cuando llega la mercancía y recibo dinero por el pago de las mismas.                      |  |

Fuente. Ministerio de Salud y Protección Social, 2020.

Una vez hayamos establecido el tipo de exposición al riesgo de nuestro entorno laboral, es posible realizar actividades para controlar el riesgo en cada una de ellas, estas acciones podemos desarrollarlas en el **medio o entorno** donde las personas laboran, en la **fuentes del riesgo** (que para este caso son las personas enfermas) o en las mismas **personas trabajadoras**.

**Figura 4. Acciones a desarrollar según el riesgo identificado.**



**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa-UIS, 2020.**

Para fines de este documento, los controles que proponemos para los riesgos existentes en el ámbito laboral identificados, los llamaremos Prácticas y comportamientos claves, las cuales están diseñadas para que sean fácilmente aplicadas en lo locativo o en el entorno físico, en las personas o en el capital humano y en el uso de elementos de dotación, de protección personal y herramientas de trabajo.

*Puede que algunos entornos laborales no formales ya hayan avanzado en la implementación de algunas de las prácticas que aquí se proponen, en cuyo caso este documento le servirá de orientación para adoptar nuevas prácticas o mejorar las existentes, sumando a las capacidades propias y las fortalezas de las personas y sectores para hacer frente a esta situación.*

Ahora les invitamos a conocer las **prácticas universales “lo que debemos saber y hacer”**. Estas **prácticas universales** están fundamentadas y fueron pensadas para estar sanos, saludables y protegidos ante la COVID-19.

### **Paso 3.**

#### **Poniendo en marcha cuatro (4) prácticas y comportamientos universales.**

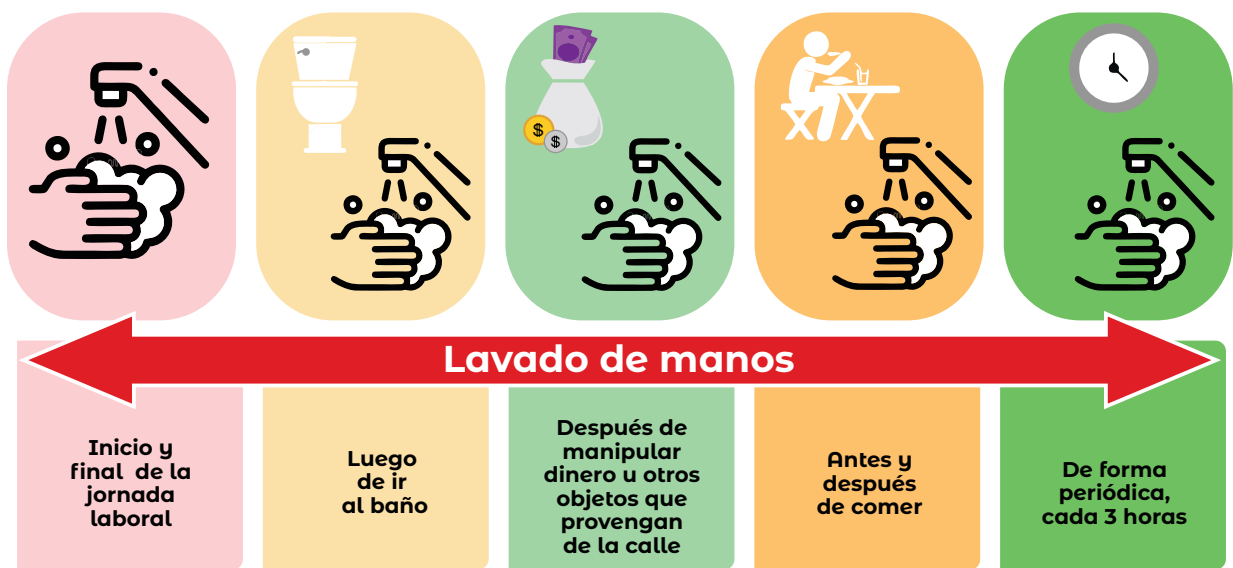
##### **1. Lavado de manos ¡Con manos limpias, sentimos tranquilidad!**

Las manos, nos permiten explorar, tomar objetos, expresar afecto y trabajar, entre otros aspectos importantes de nuestra vida. Su limpieza en el marco de la pandemia, es fundamental para nuestro cuidado individual y colectivo.

*“Siempre será mejor sentirse tranquilo de saber que las manos se encuentran limpias y libres de virus”.*

Es por ello que todas las personas y trabajadores debemos realizar el lavado de manos **con agua y jabón de forma vigorosa, es decir hasta sacar espuma**; ya que esto destruye la capa de grasa que cubre al virus y lo deja frágil haciendo que muera más rápido, lo anterior se puede lograr siempre que el contacto con el jabón dure entre 20 - 30 segundos. A continuación, mostramos cuándo y con qué frecuencia hacerlo.

**Figura 5. Momentos claves para el lavado de manos.**



**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

Durante el periodo en el que no podamos realizar el lavado de manos, debemos contar con solución desinfectante (alcohol glicerinado mínimo del 60% y máximo del 95%) para la limpieza y desinfección frecuente de nuestras manos.

*Tengamos en cuenta que el utilizar elementos de protección dentro del área laboral, no nos exime al personal de realizar la correcta higiene de manos.*

*(Para ello en la parte 3 de este documento sobre herramientas, sugerimos una forma fácil, rápida y económica para preparar alcohol glicerinado, que puede servirnos para contar con este elemento de forma permanente).*



**En caso de estar en sectores encargados de la producción de alimentos,** recomendamos no solo el lavado de manos y cara sino de cuerpo completo. El lavado de manos debemos hacerlo cada 2 o 3 horas.

## **2. Uso de tapabocas: una barrera que colocamos, una barrera que nos cuida. ¡Llegó la hora de sonreír con los ojos!**

Usar el tapabocas reduce la posibilidad de contacto con la secreción nasal o saliva de otra persona, en este sentido reduce el riesgo de adquirir el virus por gotas o fluidos; la forma correcta de uso es que cubra nuestra nariz y hasta por debajo del mentón, de forma que se ajuste correctamente a nuestra cara. Es importante que recordemos no colocarlo en el cuello, sobre superficies sucias o guardarlo en bolsillos, bolso, cartera, o cualquier lugar en donde se contamine o se genere riesgo.

Si el tapabocas es de tela, debemos lavarlo diariamente y en caso de ser desechable ser arrojado en una bolsa de papel o de basura a la caneca destinada para ello, teniendo precaución de doblarlo sin tocar la parte exterior, ya que al ser la barrera contra el virus se considera sucio y contaminado, por lo cual, el lavado de manos después de tocarlo es fundamental.



Procuremos que todas las personas tengamos una bolsa de papel o bolsas selladas donde guardar el tapabocas mientras necesitamos retirarlo, como lo es en el momento de la alimentación, cepillado de dientes entre otros.

*Todas las personas en nuestro lugar de trabajo debemos usar tapabocas de manera permanente durante la jornada. Este, debe estar limpio, ser cómodo y de uso individual así garantizamos su postura por todo el tiempo y mantenemos la barrera correctamente.*

En la parte 3, de herramientas, presentamos las **orientaciones a tener en cuenta para fabricar tapabocas de tela**, que pueden servirnos para contar con este elemento por más tiempo.

### **3. ¡Estar lejos ahora, es otra forma de cuidarnos y cuidar nuestras familias! (Distanciamiento Físico)**

El distanciamiento físico significa mantener un espacio entre las personas. Para hacer esto posible requerimos que las personas trabajadoras y visitantes **estemos separados con por lo menos 2 metros entre sí.**

Esta práctica la debemos conservar aun cuando no nos encontremos en el espacio laboral, es decir en la calle y áreas comunes donde realicemos actividades cotidianas. Así mismo, en casos en los que se requiera de reuniones grupales, debemos facilitar el mínimo contacto posible entre personas. Es necesario

tener un espacio donde las personas que laboramos, podamos cambiarnos conservando la distancia de al menos 2 metros una de otra, de manera individual en un espacio privado donde podamos dejar nuestros implementos de protección personal debidamente limpios.

*Existen algunos entornos laborales que no cuentan con un espacio físico para que esto sea posible, por lo cual recomendamos fortalecer procesos de desinfección y limpieza, adecuar horarios y sitios de trabajo para que no se rompa la distancia social y reforzar el uso de medidas de protección como uso de tapabocas y lavado de manos.*

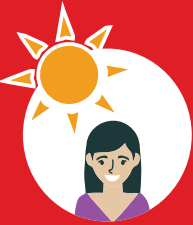


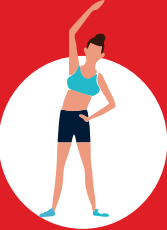
#### **4. Estilos de vida saludables y prevención de la COVID-19**

En la prevención de la COVID-19, las medidas de distanciamiento social, uso de tapabocas y lavado de manos son fundamentales para prevenir la enfermedad; sin embargo, hay algo más que podemos hacer llevando un estilo de vida saludable que fortalezca el sistema de defensa de nuestro cuerpo.



**Tabla 3. Recomendaciones sobre estilos de vida saludable..**

|   |  |
|---|--|
|    | <p style="text-align: center;"><b>Mantengamos una buena hidratación</b></p> <p>Este es uno de los pilares básicos de una alimentación saludable, prefiramos siempre el agua como fuente de hidratación antes que jugos, gaseosas o bebidas azucaradas. El agua es importante pues parte de nuestro cuerpo está compuesta de ella, si nos mantenemos hidratados nuestro sistema de defensa funcionará mucho mejor.</p>  |
|    | <p style="text-align: center;"><b>Comamos al menos 5 raciones entre frutas y verduras al día</b></p> <p>Prefiramos las frutas y verduras de temporada pues son más económicas y además se encuentran más frescas. Es importante el consumo de estos alimentos pues nos aportan muchas vitaminas y minerales, además de fibra, un nutriente muy importante para el sistema de defensa que se encuentra ubicado en nuestro intestino llamado microbiota. Una alimentación saludable, aquella que es suficiente, completa, equilibrada, satisfactoria, segura, adaptada a la persona y al entorno, sostenible y asequible puede ayudarnos a mantener un sistema inmunológico más fuerte ante el contagio de SARS-CoV2.</p>                                      |
|  | <p style="text-align: center;"><b>Consumamos diariamente al menos una porción de lácteos (leche, yogur, queso, cuajada)</b></p> <p>Es muy importante el consumo de estos alimentos pues nos aportan dos nutrientes claves para la prevención de la enfermedad por coronavirus: Vitamina D y calcio. En recientes estudios se ha evidenciado que aproximadamente el 80% de los pacientes hospitalizados en UCI por COVID – 19 tenían niveles bajos de vitamina D y tuvieron un tiempo de hospitalización más largo frente a las personas con niveles adecuados. A su vez, el calcio es importante para que la vitamina D se absorba en nuestro cuerpo. Prefiramos siempre lácteos descremados o bajos en grasa pues tienen mayores niveles de vitamina D.</p> |

**Tabla 3. Recomendaciones sobre estilos de vida saludable..**

|   |   |
|---|---|
|    | <p><b>Tomemos al menos 15 minutos de sol diarios</b></p> <p>La luz solar es fundamental para que la vitamina D se absorba en el cuerpo, es decir, por más vitamina D que consuma por medio de los alimentos, si no se expone a la luz solar, esta no será muy efectiva. Puede hacerlo sin salir de casa, a través de un balcón, una ventana, un patio o cualquier lugar donde entre el sol en su casa, procure exponer brazos, piernas y la zona del escote. Finalmente, evite estar mucho tiempo bajo el sol o en horarios donde este es muy fuerte como las horas del mediodía.</p> |
|    | <p><b>Incluamos hierbas y especias en las preparaciones</b></p> <p>Aunque la evidencia es limitada respecto a la prevención específica de COVID-19 por estos ingredientes, se reconoce que los compuestos bioactivos que aportan pueden contribuir a mejorar la función de nuestro sistema de defensa y mantener el organismo en condiciones óptimas. Además, el uso de especias y hierbas nos ayuda a disminuir el uso de sal – sodio en las preparaciones, previniendo de esta forma la hipertensión arterial, comorbilidad importante del virus de la COVID-19.</p>                |
|  | <p><b>Evitemos consumir alimentos empaquetados, procesados, industrializados, embutidos, etc.</b></p> <p>Estos alimentos suelen ser altos en sodio, grasas saturadas, grasas trans y azúcar; los cuáles pueden empeorar la salud de nuestro organismo, sistema de defensa y además nos pone en riesgo de contraer diversas comorbilidades para COVID -19, como diabetes, hipertensión, cáncer, entre otras.</p>   |
|  | <p><b>Realicemos actividad física al menos 30 minutos diarios</b></p> <p>Se ha demostrado que el ejercicio moderado estimula el sistema inmune. Podemos realizar actividad física en casa siguiendo clases en línea, realizando pausas activas, caminando incluso en espacios pequeños, bailando, jugando con niños pequeños o mascotas, realizando tareas domésticas, entre otras.</p>   |

**Tabla 3. Recomendaciones sobre estilos de vida saludable..**

|   |  |
|---|--|
|  | <p><b>Durmamos al menos 8 horas diarias</b></p> <p>Descansar poco hace que el sistema de defensa de nuestro cuerpo se debilite y estemos más susceptibles a diferentes enfermedades entre esas la COVID - 19.</p>  |
|  | <p><b>Llevemos a cabo prácticas de higiene alimentarias</b></p> <p>Recordemos lavar nuestras manos antes de manipular alimentos, usemos tapabocas y lavemos y desinfectemos previamente los alimentos, en la sección de caja de herramientas podrá encontrar desinfectantes caseros para alimentos que puede preparar en casa.</p> |

**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

## **Paso 4.**

### **Adoptemos medidas y comportamientos claves en nuestro lugar de trabajo.**

En el paso 3 revisamos las prácticas universales, su importancia y como llevarlas a cabo. Estas son universales porque las debemos realizar en todos los espacios de la vida cotidiana. Ahora en este cuarto paso, proponemos llevar a cabo otras prácticas y comportamientos claves en el entorno laboral que nos ayudarán a reactivarnos económicamente minimizando el riesgo de contagio por COVID-19. En ese sentido le invitamos a revisar y proponer acciones para llevar a cabo las siguientes prácticas:

- Organización y limpieza del espacio físico-medidas locativas.
- Cuidado y mantenimiento de herramientas de trabajo y elementos de dotación.
- Manipulación segura de insumos y productos.

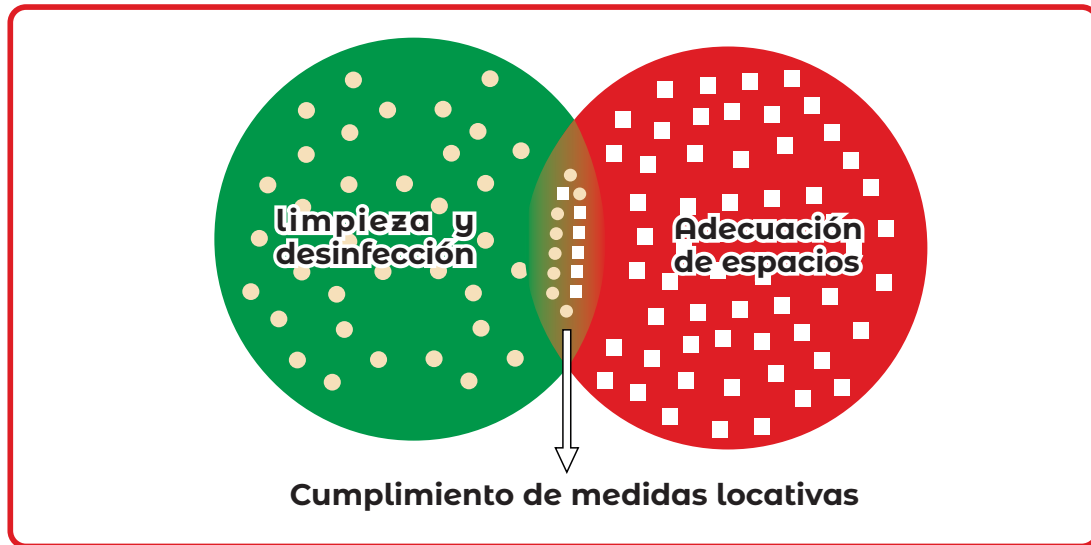
## 1. Organización y limpieza del espacio físico- Medidas locativas

Esta práctica es muy importante ya que aun cuando nuestro lugar de trabajo sea la misma casa, el local de al lado o la fábrica que todo el mundo conoce y visita, siempre será necesario mirar y reconocer nuestro espacio, saber las distancias seguras y definir los ambientes y rincones que nos permitirán laborar de forma saludable.

Aquí tendremos en cuenta dos prácticas claves, la primera es cómo disponemos nuestro espacio, y la segunda es cómo lo limpiamos y desinfectamos. Cuando tenemos un negocio queremos que las personas nos visiten y compren nuestro producto, pero ello dependerá de qué tan seguras se sienten visitando nuestro lugar de trabajo y que tanto les proveemos comodidad a las personas que trabajan en nuestro negocio.

**¡Con estas prácticas todas y todos ganamos!**

**Figura 6. Relación entre las medidas locativas, la limpieza y desinfección.**



**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

A continuación, les presentamos aspectos claves que debemos cumplir, en relación con **las medidas locativas**, sus normas y cómo su cumplimiento contribuirá a que tengamos un ambiente laboral seguro.

Les invitamos a que revisemos cada práctica estableciendo si esta se cumple en nuestro lugar de trabajo; en caso de ser así, será necesario pensar en cómo fortalecerlo o de lo contrario será un aspecto a incluir en nuestro plan de acción, el cual nos permitirá mejorar y contribuir a la reactivación económica de nuestro municipio, de forma segura y saludable. Estas son:

**Cuento con varios puntos para el lavado de manos y dispongo de agua, jabón y toallas de único uso.**

- Es muy importante disponer de suficientes puntos de aseo para lavar las manos frecuentemente; estos deben ser acorde a las áreas de trabajo y al número de

trabajadores; esta práctica, también se extiende para todas las personas que ingresen a los entornos laborales.

*Cuando lleguemos a casa o al trabajo, nuestras manos debemos lavar; también nuestros invitados lo deben realizar.*

*Mantener las manos limpias y seguras es un acto de responsabilidad y de amor con nosotros mismos y con los demás.*

- Tener presente que en la o las entradas al sitio de trabajo es necesario disponer de gel glicerinado; para ser utilizado por trabajadores, clientes y visitantes; así mismo, si no se dispone de agua limpia y jabón para el lavado de manos, estos dispensadores se deben ubicar en áreas comunes.
- En el sitio de trabajo, el agua debe garantizarse; de tal forma que sea suficiente para solventar un día de trabajo, para consumo, lavado de manos y realizar acciones de limpieza y desinfección.



Si las instalaciones son muy grandes y cuentan con más de 1000 metros, los dispensadores de jabón y desinfección necesitan ubicarse cada 100 metros.



## En el lugar de trabajo cuento con áreas de trabajo despejadas y organizadas.

Es necesario que las áreas de trabajo cumplan con requisitos que faciliten el cuidado de elementos de uso personal; de esta manera nosotros y nuestras familias estaremos más protegidos. Por lo anterior, es necesario que hagamos una evaluación de nuestro lugar de trabajo y respondamos si disponemos de:

- Áreas de trabajo despejadas en donde los elementos personales se ubican en un área destinada para este fin.
- Espacio para que las personas que trabajan conmigo guarden sus elementos personales y ropa de diario en el caso en que se requiera. Igualmente, de bolsas para guardar la ropa de trabajo y posterior lavado (tener cuidado con las prendas personales).
- Casilleros dobles para que la ropa ordinaria no entre en contacto con la ropa de trabajo. En caso de no contar con casilleros, puede hacer la separación en bolsas.

*En la rutina diaria podemos olvidar aspectos que son importantes. ¡Qué tal si cerramos los ojos, para recordar! el recorrido que acostúmbra nos hacer desde la casa hasta el lugar de trabajo y viceversa; agudicemos nuestros sentidos e identifiquemos en qué momento la ropa o los elementos de uso personal pueden contaminarse; hagamos este mismo ejercicio visualizándonos en el lugar de trabajo. Esto nos ayudará a visibilizar qué es lo que debemos mejorar.*

## En el lugar de trabajo cuida la correcta circulación de aire.

Es importante que garanticemos la correcta circulación de aire, manteniendo las ventanas abiertas en la medida que las operaciones e instalaciones lo permitan. Así mismo, evitar el aire acondicionado o ventiladores y realizar los mantenimientos requeridos en equipos y sistemas de ventilación teniendo en cuenta que el aire recircula y aumenta el riesgo de diseminación del virus.

*Si en el sitio de trabajo y dormitorios se disponen de ventanas, es posible abrirlas y es seguro hacerlo; hagámoslo, es importante permitirnos mirar el cielo y todo lo que el mundo nos ofrece, dar gracias y dejar que el aire exterior entre, diluya y limpie el aire encerrado.*



Si estamos en el **sector agrícola**, es necesario tener en cuenta la ventilación de las habitaciones, zonas de descanso y alimentación.



Si se trata de la **producción de alimentos o bebidas**, es importante tener en cuenta que las áreas de almacenamiento de insumos o material, con ventilación deben contar y las condiciones higiénicas es necesario garantizar.

**En el lugar de trabajo disponemos de contenedores o canecas con tapa pedal y doble bolsa para elementos de bioseguridad utilizados por el personal, que son de un solo uso o desechables.**

Se requiere que ubiquemos contenedores y bolsas suficientes para la separación de residuos, los tapabocas y guantes (en el caso que los necesitemos para la labor) deben ir separados en doble bolsa de color negra, la cual no debe ser abierta por el personal que realiza el reciclaje.

*Contar con canecas con **tapa, pedal y doble bolsa** para la disposición de elementos de bioseguridad, es necesario tener, darles el uso correcto es el compromiso que todos debemos mantener.*

Las canecas etiquetadas o de colores siempre han sido nuestras aliadas para disponer desechos orgánicos, peligrosos o reutilizables. Hoy día, en medio de la pandemia el contar con una caneca para disponer elementos desechables usados en el lugar de trabajo, es una

forma de garantizar nuestra propia salud y la de las personas que nos apoyan. Esta puede ser de color o etiquetada como **“caneca de disposición de elementos desechables”** y de pedal para evitar la manipulación.

**En el lugar de trabajo he cambiado el sistema de huellas para control de ingreso o salida.**

El sistema de control de huellas, podría convertirse en un elemento de posible contagio, por la manipulación que conlleva; por lo tanto, se requiere establecer otras medidas de

registro de ingreso que minimicen este riesgo; les invitamos a que con nuestro equipo de trabajo identifiquemos cuál es la mejor manera de hacerlo.

**Cuento con una barrera física que separa a las personas que llevan correspondencia, insumos o dinero a mi lugar de trabajo.**

La mayoría de negocios y lugares de trabajo requieren recibir insumos o dinero a cambio de la venta de un producto o servicio; por tal razón, lo mejor es tener una barrera física que nos separe de las personas con quienes hacemos este tipo de intercambio.

Con la misma responsabilidad y compromiso con que trabajamos en nuestros hogares, para evitar que cualquier elemento contaminado ingrese y pueda enfermar a quienes le habitan; así mismo, debemos implementar estas medidas en nuestros sitios de trabajo y esto se hace desde la puerta de entrada, de acceso, creando barreras según las necesidades para evitar que el virus tenga ingreso al entorno laboral. Además de ello es importante considerar que:

- Quien llega con la correspondencia o mensajería debe utilizar adecuadamente los elementos de protección personal.
- La correspondencia que ingrese debe adjuntarse en sobres, debidamente marcados y así facilitar su desinfección; tenga en cuenta que es necesario disponer previamente de los elementos que se requieran para

hacer este proceso; tales como rociador de alcohol y toallas de papel y finalmente ubicar estos elementos en una bandeja destinada para ello.

*Como ejercicio práctico, podemos identificar con cuantos sitios de acceso contamos en el lugar de trabajo; analizar los riesgos que se puedan presentar en los espacios identificados; finalmente, redactemos las normas que consideremos sería necesario cumplir, para minimizar los riesgos de contagio.*

**En mi lugar de trabajo las máquinas están ubicadas de manera que garantizan el distanciamiento de 2 metros entre las personas.**

En caso de no poder separar las máquinas porque son fijas o porque son demasiado grandes y el espacio es pequeño, es necesario contar con barreras físicas entre una máquina y otra. También es posible restringir labores de mantenimiento de no ser necesarias; si lo podemos posponer se recomienda hacerlo.

**Garantizamos el distanciamiento de 2 metros, entre trabajadores o clientes de nuestro negocio.**

- Realicemos marcas visuales de las diversas posiciones de trabajo conservando las distancias de 2 metros entre el personal. Para ello, podemos colocar guías de piso, que le indiquen a las personas el lugar de ubicación.

- Guardando esta distancia entre nosotros, disminuimos la exposición y el riesgo de contagio por vía directa, es decir de una persona a otra.

*Recordemos, que dos metros adelante y dos metros hacia atrás, dos a la izquierda y para completar, a la derecha dos más; guardando esta distancia, más seguro se encontrará y como guías visuales se puede demarcar, la distancia de dos metros, para todos respetar.*



En el caso de **insumos agrícolas o pecuarios**, es mejor que recibamos los insumos a la entrada de la finca o predio. En los casos en que sea necesario el ingreso de vehículos, éstos deberán ser desinfectados previamente.

Si nuestro trabajo es en el **sector de comercio al por mayor de alimentos, bebidas y tabaco** en centros comerciales y grandes superficies, es importante recordar lo siguiente:



- El aforo de centros comerciales, grandes superficies y supermercados estará calculado por el área total de la superficie de circulación y áreas comunes. Solo podrá ingresar o estar simultáneamente dentro de las instalaciones una persona por cada diez (10) metros cuadrados de área.

- Para el control de la capacidad de aforo, se aconseja definir un máximo de puertas de ingreso y de salida. Deben contar con responsables que garanticen, el máximo número de personas simultáneamente permitidas.



Si estamos en el **sector hotelero** y dentro de las instalaciones contamos con gimnasio, zonas húmedas y camping, es necesario llevar un registro de su uso y el aforo debe calcularse y señalarse (número de personas permitidas) asegurando el distanciamiento mínimo de dos (2) metros, **con todos los elementos de protección personal**.

### **He definido un solo punto de entrada y salida debidamente señalado.**

De manera que podamos hacer seguimiento fácilmente y así garanticemos el cumplimiento de todos los protocolos establecidos. Este punto de ingreso y salida debe estar en el mismo lugar, pero demarcado de tal forma que circulen por el espacio destinado para este fin.

En la sesión de herramientas, podremos encontrar algunas orientaciones para señalar los diferentes espacios y garantizar así el distanciamiento.

## 2. Limpieza y desinfección de nuestros espacios de trabajo

Es fundamental tener presente que nuestro sitio de trabajo requiere adecuaciones, ajustes y fortalecer las medidas de desinfección que realicemos en diferentes superficies y espacios; de tal manera que prevengamos o minimicemos los riesgos de contagio y lo convirtamos en un sitio seguro, cómodo, donde el personal pueda trabajar, la empresa ser más productiva y todas las personas podamos volver a nuestros hogares seguros y tranquilas. A partir de la siguiente tabla podemos revisar si estamos cumpliendo las medidas de limpieza y desinfección en nuestro lugar de trabajo y si no es así, establecer compromisos para su logro. [Esta la encontrará en el anexo 2 a manera de lista de chequeo.](#)

**Tabla 4. Orientaciones sobre limpieza y desinfección.**

| Limpieza y desinfección  |  |
|--|--|
| Preguntas orientadoras sobre limpieza y desinfección   | Aspectos para tener en cuenta en la limpieza y desinfección  |
| <b>Condiciones locativas</b>   |  |
| ¿Las paredes, pisos, puertas, ventanas y divisiones se encuentran limpias y se realiza mantenimiento para garantizar las condiciones higiénicas y sanitarias?  | Se hace necesario identificar los diferentes espacios o lugares con los que dispone la empresa, <b>analicemos cuáles de ellos tienen contacto directo y constante con personas y cuáles son más susceptibles a contaminarse</b> ; definamos la frecuencia de limpieza y desinfección que requiere cada espacio, haciendo énfasis en estos puntos críticos seleccionados. |
| ¿Mobiliario como sillas, escritorios, maquinaria, herramientas de trabajo y equipos en general se encuentran limpias y se realiza mantenimiento para garantizar las condiciones higiénicas y sanitarias? | También es práctico que hagamos un listado de los elementos con los que cuenta nuestra empresa, que estén más expuestos y que tienen contacto con el personal; para así definir las acciones de limpieza y desinfección que éstos requieren; además, es necesario garantizar las medidas higiénico-sanitarias antes de cada uso.   |



**Tabla 4. Orientaciones sobre limpieza y desinfección.**

| Limpieza y desinfección   |   |
|---|---|
| Preguntas orientadoras sobre limpieza y desinfección                                | Aspectos para tener en cuenta en la limpieza y desinfección   |
| <b>Condiciones de saneamiento</b>   |   |
| ¿Cuenta con un programa de limpieza y desinfección con procedimientos escritos?     | Como herramienta indispensable en las actividades de limpieza y desinfección, es necesario que <b>contemos con un programa de limpieza y desinfección</b> , con procedimientos escritos, dónde llevemos los registros diligenciados adecuadamente de las actividades realizadas; este programa nos permitirá señalar la frecuencia de las acciones, asignar e identificar el personal responsable de realizar la limpieza y desinfección y el responsable de la supervisión, entre otros.   |
| ¿Se realiza limpieza y desinfección antes de iniciar la jornada y finalizando ésta? | Nuestro protocolo de limpieza diario debe contemplar <b>acciones de limpieza y desinfección previa a la apertura y posterior al cierre de cada establecimiento</b> ; así mismo, garantizar jornadas de limpieza y desinfección periódicas durante el día.   |
| ¿Utiliza productos de limpieza y desinfección y dispone de las fichas técnicas?     | <p>Seleccionemos los productos de limpieza y desinfección que vamos a utilizar, tengamos las fichas técnicas y hojas de seguridad de estos productos organizadas en carpetas para mayor facilidad; diseñemos instructivos preferiblemente digitales, sobre los procesos de limpieza y desinfección (concentraciones, modo de preparación, empleo, rotación), que sirvan de guía y consulta.</p> <p>También es importante que dispongamos de paños que nos permita realizar las actividades; recordemos limpiar y desinfectar estas zonas o elementos de uso general; por ejemplo: panel de control de equipos, paneles de ascensor, manijas y lo que podamos identificar que sea susceptible a contaminación. El sitio donde ubiquemos los elementos de aseo debe ser ventilado, identificado, protegido, los insumos rotulados y organizados; de esta manera se guardarán de forma segura.</p> |
| ¿Las instalaciones se encuentran libres de presencia de roedores o insectos?        | Elaboremos un programa de control de plagas, con procedimientos escritos, donde se diligencien las actividades realizadas.  |

**Tabla 4. Orientaciones sobre limpieza y desinfección.**

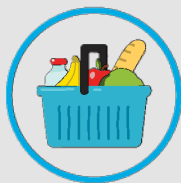
| Limpieza y desinfección  |  |
|--|--|
| Preguntas orientadoras sobre limpieza y desinfección   | Aspectos para tener en cuenta en la limpieza y desinfección  |
| <b>Condiciones de saneamiento</b>  |  |
|  | Diseñemos un cronograma de fumigación y desratización, que deberá ser realizado por parte de una empresa certificada por la autoridad sanitaria competente.  |
| ¿Dispone de elementos requeridos para las actividades de limpieza y desinfección?  | El personal de limpieza y desinfección requiere de elementos necesarios para realizar sus actividades, tales como: escobas, traperos, trapos, esponjas, baldes entre otros); a su vez, estos requieren limpiarse y desinfectarse periódicamente, considerando los ciclos de limpieza, según la programación establecida. Por lo tanto, es necesario que garanticemos dichos elementos y el debido proceso de limpieza y desinfección.  |
| <b>Personal de limpieza</b>  |  |
| ¿El personal encargado de la limpieza y desinfección utiliza los elementos de protección personal (mono gafas, guantes, delantal y tapabocas)? | <p>Disponer de los elementos de protección personal y su adecuado uso, pueden garantizar la protección y seguridad del personal encargado de la limpieza y desinfección.</p> <p>Es necesario que hagamos seguimiento y monitoreo al uso de estos elementos por parte del personal de limpieza y del cumplimiento de los protocolos establecidos; recordemos registrar todos los procedimientos.</p> <p>Diseñemos un plan de capacitación para el personal encargado de la limpieza y desinfección y asegurémonos de cumplir el cronograma establecido.</p> |

**Fuente. Adaptado de: Ministerio de Salud y Protección social, 2020.**

Es importante señalar que en cuanto a limpieza y desinfección, existen particularidades dependiendo del sector en el cual desarrollemos nuestra actividad económica. De ahí la importancia de conocer estas particularidades, siempre con la premisa de generar bienestar para todas las personas.

*Si en nuestro sector es necesario el uso de planillas, formatos, firmas de documentos o puntos de pago, es necesario disponer de alcohol antiséptico, con el fin de permitir la higienización de las manos, tras la manipulación de dinero, lapiceros, o documentos con las planillas.*

A continuación describimos algunas de esas particularidades por sector, necesarias a tener en cuenta a la hora de implementar medidas. Algunas de ellas son:



Si nos encontramos en **el sector de comercio de alimentos y bebidas o comercio en general**, en donde está permitido el ingreso de personal diferente a los trabajadores al establecimiento y la circulación dentro del mismo; es importante visualizar los sitios y elementos de mayor afluencia y uso por quienes le visitan; como ejemplo se pueden citar: puntos de venta, puntos de pago, baños, carros y canastillas de mercado, góndolas, pasamanos de escaleras, datáfonos, vitrinas, bandas registradoras, ascensores, escaleras, parqueaderos electrónicos, ventanillas y todos aquellos que logre identificar según el diseño y servicios que se presten en el negocio; después de señalados, es necesario que en el protocolo de limpieza y desinfección intensifiquemos estos procesos y llevemos registro de la persona que lo realiza y la hora de ejecución.

- Si dentro de las instalaciones se cuenta con diferentes locales, ellos implementarán también los protocolos de limpieza y desinfección.
- Entre más afluencia de personas, más residuos se generan; por lo tanto, la frecuencia de recolección será más seguida.
- Si el establecimiento dispone de ascensores, dar prioridad de uso a personas con movilidad reducida, adultos mayores, mujeres gestantes y personas con niños en brazos, con la directriz de que sean utilizados de manera individual de ser posible; es necesarios que los procedimientos de limpieza y desinfección se realicen luego de cada uso.

En el **sector hotelero** es importante que realicemos la limpieza desde las máquinas en el gimnasio, hasta la botonera del ascensor entre cada uso si se tiene. Por su parte, el ascensor deberá limpiarse y desinfectarse de manera permanente.



Para entrar o manipular los elementos de las habitaciones como ropa a lavar (cobijas, toallas, almohadas) se hará con uso de EPP. Todos los empleados, deberán lavarse y desinfectarse las manos, cuando salgan de cada una de las habitaciones. **Los restaurantes, deben implementar el protocolo específico en materia de servicio de comidas y bebidas.**

**En el sector agrícola** será importante tener en cuenta algunas medidas adicionales relacionadas con los vehículos, las zonas de descargue, los lugares de almacenamiento entre otros.



- Los vehículos para transporte de productos o de personal, tales como tractores, cosechadoras, busetas, camiones u otros con los que disponga la finca, se convierten en superficies que deben limpiarse y desinfectarse; enfatizar en timones, asientos, puertas, manijas, palancas de mando; hacer este procedimiento antes y después de cada uso.
- Un punto clave a tener en cuenta en los procesos de limpieza y desinfección, son las zonas de cargue y descargue de alimentos y otras mercancías; al igual que los vehículos utilizados para su transporte.
- Herramientas y equipos de trabajo como picas, palas, rastrillos y todo tipo de elementos que se utilicen en las diferentes actividades, serán lavadas y desinfectadas antes y después de cada jornada de trabajo.
- Cuartos de almacenamiento, bodegas, garajes, se limpiarán y desinfectarán en toda su extensión; abarcando pisos, paredes, techos, ventanas y demás superficies necesarias, que permitan la prevención y mitigación de factores de riesgo.
- Las medidas de limpieza y desinfección al ingreso de la finca o bodega se complementan con el cambio o lavado del calzado y de ropa de trabajo, antes de salir

para las casas o dormitorios si se cuenta con hospedaje en el predio.

- Los horarios y sitios dispuestos para el descanso y la alimentación requieren manejarse con especial atención; propiciando momentos diferentes que eviten aglomeración de personal, buscando espacios adicionales si es posible en busca de mantener el distanciamiento social requerido; mantener el lavado de manos y la limpieza y desinfección de los espacios y elementos de uso común.

Al finalizar la alimentación, cada persona debe recoger la bandeja y llevarla al sitio destinado para ello.

### 3. Cuidado y mantenimiento de las herramientas de trabajo y elementos de dotación

Las herramientas de trabajo y elementos de protección se han convertido en compañeros fundamentales de nuestra vida, todas las personas sentimos seguridad cuando los utilizamos debidamente. Por ello es importante revisar cómo los utilizamos y los cuidamos y definir medidas para mejorar este aspecto.

- Las herramientas que tengo en mi lugar de trabajo, así como los elementos de dotación son de uso individual. Sugerimos verificar que cada persona que labora en determinado entorno, tenga herramientas de uso personal. Si no es así, debemos procurar que sean desinfectadas antes y después de su uso.

*En el caso en que se requiera compartir las herramientas, estas deben estar limpias y desinfectadas antes que otra persona requiera usarlas.*

- En los casos en los que las herramientas de trabajo sean vehículos, estos también deben ser desinfectados tanto en cabina, como en furgón, manijas, pisos y para esto sugerimos que quien lo conduzca, **disponga siempre de alcohol o solución desinfectante**, para que pueda cumplir con la limpieza de volante, palanca de cambios, espejos retrovisores, pantallas o botones de uso frecuente, cada vez que regrese al vehículo.

Así mismo, es necesario prescindir del uso del aire acondicionado en el vehículo y optar por la ventilación natural, manteniendo las ventanas abiertas, recordando llevar el tapaboca puesto.

*Para cumplir esto, una manera sencilla de tener estos elementos disponibles es organizar el **kit del conductor**: en una bolsa se ubican las llaves y los documentos del vehículo, frasco de alcohol o solución desinfectante, tapabocas y toallas. Este kit puede cambiar según las necesidades de cada sector.*

- **En mi lugar de trabajo promuevo que la ropa de trabajo no sea la misma con la que salimos de casa.** Cuando llegemos a nuestro lugar de trabajo, bien sea la finca, la fábrica o el local de nuestra propia casa, debemos ponernos ropa destinada para este fin y ubicar la ropa de calle en un lugar seguro.

Esta ropa la debemos almacenar en un lugar por separado (bolsa). Le invitamos a revisar cómo se maneja esto en su lugar de trabajo. Si aún no se cumple, podría disponer de un espacio pequeño como un baño o cambiador destinado específicamente para este fin y asignar una bolsa a las personas para que guarden tanto la ropa de calle como la ropa de trabajo de forma separada.

*Como ejercicio práctico para empezar a cumplir: le invitamos a revisar cómo se maneja esto en el lugar de trabajo. Si aún no se cumple, podría disponer de un espacio pequeño como un baño o cambiador destinado específicamente para este fin y asignar una bolsa a las personas para que guarden tanto la ropa de calle como la ropa de trabajo de forma separada.*

- **En mi lugar de trabajo dispongo de elementos de protección personal (EPP).** Los entornos laborales formales y no formales siempre deben procurar por la seguridad de las personas que allí trabajan, por ello, es importante que analicemos los riesgos que dicha actividad pueda traerles y les proporcionemos los elementos que les permitan protegerse durante el desarrollo de la misma. Por consiguiente, dichos EPP deben ser entregados por el empleador y las personas que las necesitan, deben conocer su función, la forma de utilizarlos, cómo colocárselos y retirarlos de manera correcta.

Teniendo en cuenta lo anterior, el uso de los EPP es propio de cada actividad laboral y aunque exista la COVID-19 su uso



debe mantenerse, sin embargo, les invitamos a que el proceso de desinfección y limpieza de los mismos la hagamos con mayor frecuencia y rigurosidad.

*Los EPP no desechables los debemos almacenar en un área limpia y seca; y en consecuencia los no reutilizables depositarlos en doble bolsa y ser entregados al servicio de aseo.*

Existen elementos de protección personal que son de importancia para la pandemia de la COVID-19, en la siguiente tabla describimos la recomendación principal y las particulares según sectores.

**Tabla 5. Elementos de protección personal.**

| EPP                    | ¿Cuándo o quienes deben usarlo?  | ¿Cuáles usar?  | ¿Cómo mantenerlos?   | Recomendación Importante   |
|------------------------|--|--|--|--|
| <b>Guantes</b>         | <p>Siempre que la actividad laboral lo requiera.</p> <p>Cuando la maquinaria o elementos de trabajo requieran de su uso.</p>   | <p>Guantes de nitrilo, látex, vinilo: en el proceso y manipulación de los alimentos, manipulación de residuos y actividades de aseo y quienes tienen contacto con usuarios, consumidores y público en general.</p> | <p>Limpios, sin roturas, ser tratados con el mismo cuidado higiénico requerido para las manos.</p> <p>Si son desechables, una vez finalicemos el uso los debemos botar en una bolsa.</p> | <p>Después de usarlos debemos realizar lavado correcto de manos.</p>                   |
| <b>Delantal y bata</b> | <p><b>Delantal</b>, cuando la actividad laboral sea de servicios generales, de comercio de alimentos, hoteles, cafeterías y restaurantes, que adelantan labores de</p> | <p>Delantal de plástico<br/>Bata en tela anti fluido</p>   | <p>Limpios, sin roturas</p>  | <p>Debemos lavar y desinfectar al finalizar su uso y almacenar en un lugar limpio.</p> |

Tabla 5. Elementos de protección personal.

| EPP   | ¿Cuándo o quienes deben usarlo?   | ¿Cuáles usar?   | ¿Cómo mantenerlos?   | Recomendación Importante  |
|---|---|---|--|---|
|   | adelantan labores de limpieza y desinfección.<br><br><b>Bata</b> , el personal que labora en hoteles y que ingresa a habitaciones e incluido el de aseo y limpieza. |   |  |   |
| <b>Máscaras respiradoras y de protección facial</b> | Siempre que el riesgo lo requiera y la actividad laboral lo amerite.  | Máscara personalizada con sus filtros específicos para personal operativo de industria petroquímica, química y sus relacionados.<br><br>Protección facial para personal agropecuario. | Limpiar y desinfectar las máscaras de protección facial o gafas protectoras cuando las utilizemos de manera rutinaria. | Debemos lavar y desinfectar al finalizar su uso y almacenar en un lugar limpio.<br><br><b>La máscara de protección facial no reemplaza el uso de tapabocas.</b> |

Fuente. Adaptado de: Ministerio de Salud y Protección Social, 2020.

*Contar con dispensador "público" de elementos de protección personal como tapabocas y guantes gratuitos o con costo, puede ser una opción si el lugar de trabajo es de alta afluencia de personas trabajadoras o visitantes.*

*Es importante que revisemos de acuerdo a nuestro lugar de trabajo o entorno laboral, qué elementos de protección personal requerimos y mantenerlos siempre disponibles y en condiciones óptimas, pues de esta manera estarán protegidas las personas que trabajan a nuestro lado y nuestras propias familias.*



En estos momentos hemos tenido que adaptarnos a varios cambios y situaciones que no se tenían contempladas y se nos pueden presentar olvidos, como: salir de casa sin tapabocas o que en el camino este se dañe. Por lo anterior, es importante contar con dispensadores de elementos de protección personal, bien sean gratuitos o con costo y así cuidarnos entre todos. Si con esta opción que nos brindan no utilizamos el tapabocas, es necesario que nos prohíban el ingreso al establecimiento o lugar de trabajo.

*Recordemos siempre, realizar la limpieza de los elementos de protección personal: como cascos, guantes, gafas y abstenernos de compartirlos con otras personas.*


#### **4. Manipulación de insumos y productos**

Para describir la normatividad vigente, reconoceremos tres (3) momentos de producción, con aspectos claves y pasos a cumplir:

**Tabla 6. Recomendaciones para manipulación de insumos y productos al momento de recibirlos.**


| Antes: Momento de recibo de productos o insumos  |  |
|--|--|
| <p><b>Proveedor:</b> cumplir con los protocolos propuestos por el Ministerio de Salud y Protección Social - MSPS.</p> <p><b>Empresa o negocio:</b> disponer y cumplir los protocolos de recepción de insumos y productos. Establecer y aplicar protocolo de limpieza y desinfección de los productos, en el momento de recibirlos.</p> | <p style="text-align: center;"><b>01</b></p> <p>Estas recomendaciones aplican principalmente para sectores de industria, manufactura, producción de alimentos y bebidas, así como otros comercios no especializados.</p>   |
| <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;">   </div>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• En zona de descargue, los proveedores descargan insumos y pedidos; seguidamente el personal de limpieza, utilizando medidas de protección, desinfectan la caja, con alcohol mínimo al 60% o se mantiene en esta zona por 24 a 72 horas. Pasado este tiempo o realizado este procedimiento, se destapa la caja y si es posible según los productos se desinfectan; en este momento, se pasan a una zona amarilla o de transición. En lo posible se validará la recepción de facturas y soportes de manera electrónica; de no ser factible, el soporte físico se dejará en lugar seguro por 24 horas.</li> <li>• Personal de bodega que recibe habitualmente los insumos y que no ha tenido contacto con personal de la zona de descargue, tomará los insumos y ubicará en el sitio asignado; antes y después de esta actividad, lavará sus manos en forma correcta con agua y jabón. Al ingresar insumos al área de almacenamiento, es muy importante hacerlo con las manos limpias o guantes desinfectados.</li> <li>• La desinfección de los productos para entregar, se puede realizar en el área de despacho, en los vehículos o antes de la entrega.</li> <li>• Los vehículos propiedad de la empresa cumplirán los protocolos de limpieza y desinfección; también los elementos donde se carguen los productos, ese procedimiento se ejecutará al iniciar y terminar la jornada laboral, así como al comenzar y al finalizar de cargar cada despacho.</li> <li>• El establecimiento, en aras de proteger al personal y sus clientes, dotará de tapabocas y guantes de nitrilo, vinilo o látex a los trabajadores, para la preparación y distribución de los alimentos y manipulación de artículos en venta; proveerá los elementos necesarios para el lavado de manos; así mismo, capacitará a su personal en el uso y retiro adecuado de los elementos de protección personal.</li> </ul> |

**Tabla 6. Recomendaciones para manipulación de insumos y productos al momento de recibirlos.**




| Antes: Momento de recibo de productos o insumos                                   |  |
|---|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los trabajadores que reciban productos, insumos, materias primas, documentos y demás, usarán guantes de látex, nitrilo o vinilo y adicionalmente, lavarán sus manos. Si al realizar esta labor es necesario el uso de elementos como montacargas o carretillas, se aplicarán los protocolos de limpieza y desinfección.</li> <li>• Realizar monitoreo a las empresas prestadoras de servicio, verificando que el personal transportista que ingrese a las instalaciones, cuente con buenas condiciones de salud y no presente sintomatología asociada a la COVID-19.</li> </ul> |

**Fuente. Adaptado de: Ministerio de Salud y Protección Social, 2020.**

**Tabla 7. Recomendaciones para manipulación de insumos y productos durante el almacenamiento o producción.**

| Durante: Actividades de almacenamiento y producción   |   |
|---|---|
| <p><b>Almacenamiento:</b> garantizar condiciones de calidad e higiene.</p> <p><b>Movilización de productos:</b> disminuir contacto físico entre personas.</p> | <p style="text-align: center;"><b>02</b></p> <p>Estas recomendaciones aplican principalmente para sectores de industria, manufactura, producción de alimentos y bebidas y su comercio, así como otros comercios no especializados.</p>  |
|    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Personal de bodega que recibe habitualmente los insumos y que no ha tenido contacto con personal de la zona de descargue, tomará los insumos y ubicará en el sitio asignado; antes y después de esta actividad, lavará sus manos correctamente con agua y jabón.</li> <li>• Al regresar insumos al área de almacenamiento, es muy importante hacerlo con las manos limpias o guantes desinfectados. Los productos se ubicarán en un punto de trabajo y de ahí serán recogidos por el encargado del siguiente proceso o por el cliente.</li> <li>• La desinfección de los productos para entregar, se puede realizar en el área de despacho, en los vehículos o antes de la entrega.</li> </ul> |

**Tabla 7. Recomendaciones para manipulación de insumos y productos durante el almacenamiento o producción.**


| <b>Durante: Actividades de almacenamiento y producción</b>   |   |
|--|---|
| <br><br> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los vehículos propiedad de la empresa cumplirán los protocolos de limpieza y desinfección; también los elementos donde se carguen los productos, ese procedimiento se ejecutará al iniciar y terminar la jornada laboral, así como al comenzar y al finalizar de cargar cada despacho.</li> <li>• El establecimiento, dotará de tapabocas y guantes de nitrilo, vinilo o látex a los trabajadores, para la preparación, distribución de los alimentos y manipulación de artículos en venta; proveerá los elementos necesarios para el lavado de manos; así mismo, capacitará a su personal en el uso y retiro adecuado de los elementos de protección personal.</li> <li>• Los trabajadores que reciban productos, insumos, materias primas, documentos y demás, usarán guantes de látex, nitrilo o vinilo y adicionalmente, lavarán sus manos. Si al realizar esta labor es necesario el uso de elementos como montacargas o carretillas, se aplicarán los protocolos de limpieza y desinfección.</li> <li>• Los documentos recibidos en el descargue, se ubicarán en un sitio específico, evitando contacto y contaminación.</li> <li>• Realizar monitoreo a las empresas prestadoras de servicio, verificando que el personal transportista que ingrese a las instalaciones, cuente con buenas condiciones de salud y no presente sintomatología asociada a la COVID-19.</li> </ul> |

**Fuente. Adaptado de: Ministerio de Salud y Protección Social, 2020.**

**Tabla 8. Recomendaciones para manipulación de insumos y productos terminados.**

| <b>Después: Actividades a desarrollar luego del producto terminado.</b>   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proteger los productos terminados, para ello pueden utilizarse sellos resistentes a la manipulación o doble bolsa.</li> <li>• Aplicar protocolos de limpieza y desinfección a los productos, para entregarlos a los clientes.</li> </ul> | <p>Estas recomendaciones aplican principalmente para sectores de industria, manufactura, producción de alimentos y bebidas, así como otros comercios no especializados.</p> |

**Tabla 8. Recomendaciones para manipulación de insumos y productos terminados.**

| Después: Actividades a desarrollar luego del producto terminado.  |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Señalizar el sitio de almacenamiento de insumos y disponer de seguridad de los productos empleados.</li> <li>• Evitar reenvasar insumos o productos en envases, esto puede confundir al personal y generar accidentes.</li> <li>• Conocer las diluciones y concentraciones de los productos es muy importante; para ello, puede disponer de carteles que lo recuerden.</li> <li>• Para ser amigables con el medio ambiente, disponga de un plan de disposición final, para los recipientes o envases utilizados.</li> </ul>  |  |
| <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En los sectores de producción o comercio de alimentos y bebidas, industria petroquímica y sus derivados, así como el comercio no especificado es importante tener en cuenta:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de subir al vehículo, se debe atomizar la suela de los zapatos y demás dotación, con una solución preparada con agua y jabón, que se preparará diariamente. También es necesario desinfectar las diferentes piezas de la cabina, con solución desinfectante. Si es posible, no utilizar el aire acondicionado del vehículo y optar por la ventilación natural, manteniendo las ventanas abiertas.</li> </ul> </li> </ul> </div> </div> |  |

**Fuente. Adaptado de: Ministerio de Salud y Protección Social, 2020.**

## Paso 5.

### Fortalezcamos el capital humano: creando puentes de salud y bienestar

Todas las iniciativas o estrategias requieren, que los sectores estén comprometidos y consolidados, para que las acciones de bioseguridad se puedan aplicar y de esta manera, controlar y mitigar, el riesgo de la

pandemia. Todas las personas, ya sea que trabajen en algún lugar o tengan personas a cargo en su negocio, debemos unirnos, pues las acciones son para sí mismas y para las demás, y solo son efectivas en la medida en que trabajemos en solidaridad. Por ello debemos alentarnos mutuamente a llevar acciones que nos permitan salir de nuestra casa, ir a nuestro lugar de trabajo y regresar a nuestro hogar de forma segura. **Así que les invitamos a realizar este recorrido teniendo en cuenta las prácticas y comportamientos que nos permitirán hacer un camino seguro.**

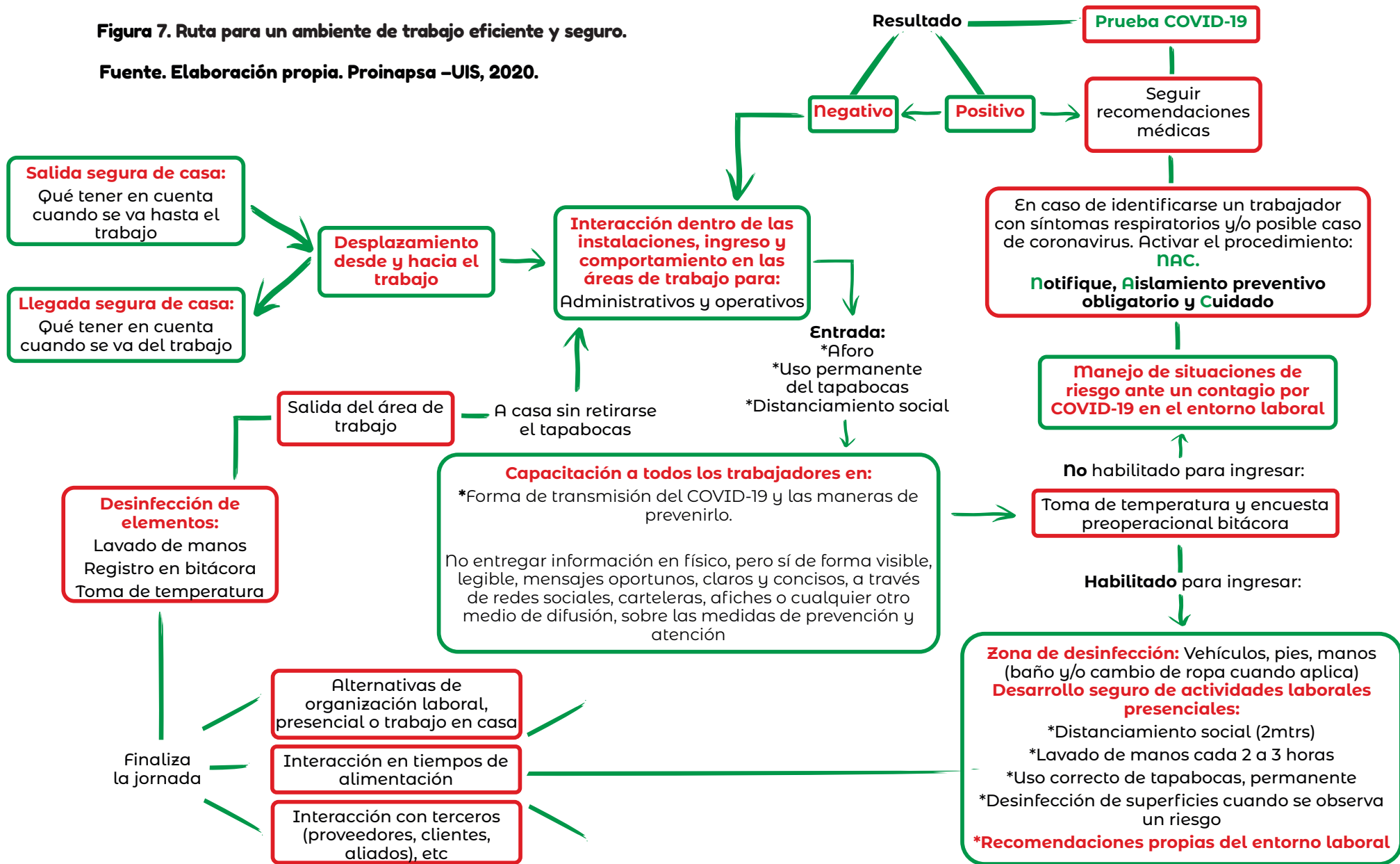
A continuación, veremos una Ruta para un ambiente de trabajo eficiente y seguro, a través de un recorrido donde tendremos la oportunidad de reconocer cómo salir al trabajo y desde él a casa de manera segura. Permittiéndonos reconocer los lugares donde existen acciones y comportamientos relacionados con la bioseguridad frente al COVID-19.

Posteriormente, tendremos el contenido de las medidas mínimas de prevención y mitigación en cada uno de estos puntos referenciados en la ruta, incluyendo acciones diferenciales y adicionales de cumplimiento para cada uno de los sectores.



Figura 7. Ruta para un ambiente de trabajo eficiente y seguro.

Fuente. Elaboración propia. Proinapsa -UIS, 2020.



## 1. Salida segura de casa



Lo primero es prestar atención a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos y visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios evitando aglomeración de personas.

También es importante que asignemos a un adulto de la casa, para que haga las compras, en la medida de lo posible, teniendo en cuenta que esta persona no debe pertenecer al grupo de alto riesgo.

Sabemos lo difícil que es no ver a nuestra familia y a las amistades, pero en estos momentos es mejor continuar restringiendo sus visitas.

Así mismo, la pandemia, ha hecho que nuestra creatividad se despierte. Les invitamos a seguir inventando saludos. Estos los podemos realizar de manera verbal y/o algún gesto que no implique el contacto físico, sencillamente mantener el aislamiento, sin restringir la expresión de afecto, seguro se nos ocurrirán muchas formas saludables, seguras y cargadas de buena energía para saludar a las personas. Por ejemplo: guiñar los ojos, hacer una reverencia, un pequeño salto entre otras.

Fuera de la casa es necesario que utilicemos tapabocas en el transporte público, supermercados, bancos, lugares de trabajo fuera de casa y demás sitios. En casa debemos usar tapabocas en caso de presentar síntomas respiratorios o si convivimos con personas que pertenecen al grupo de alto riesgo de contagio.

## 2 Desplazamiento desde y hacia el lugar de trabajo



Resulta fundamental analizar con detenimiento las acciones de desplazamiento desde y hacia el lugar de trabajo, así podemos evitar y mitigar el avance de la COVID-19 y atenuar sus consecuencias, en las siguientes recomendaciones a seguir, el compromiso de todas las personas es fundamental.

En los desplazamientos que realicemos en medios de transporte masivo, se deberá hacer uso del tapabocas, procurando mantener distancia mínima de un metro (1 m) entre las personas al interior del vehículo.

Cuando el transporte sea propio o suministrado por la empresa, necesitamos cerciorarnos que el vehículo se encuentre limpio y desinfectado sobre todo en las superficies con las cuales entramos en contacto, tales como manijas de puertas y ventanas, cinturones de seguridad y asientos, entre otras. El procedimiento de limpieza y desinfección se realizará nuevamente una vez haya terminado la ruta de los trabajadores hacia el entorno laboral o al lugar de residencia. Evitar paradas no autorizadas o innecesarias: reservarnos de recoger pasajeros o personas ajenas a la ruta en el recorrido, hacer las paradas estrictamente necesarias, abastecernos de combustible antes de iniciar cada ruta, nunca con los trabajadores dentro.

Mantener gel antibacterial para aplicación a la subida y bajada del transporte y mantener una ventilación constante durante el recorrido, evitando usar la calefacción o aire acondicionado del vehículo.

Cuando se cuenta con un transporte que lleva a las personas al lugar de trabajo, debemos abstenernos de consumir alimentos dentro del mismo; así como mantener durante el tiempo que dure el recorrido una silla de distancia entre una persona y otra.

*Una manera de evitar el transporte público es hacer uso de otros medios, como la bicicleta, que es unipersonal y amigable con el ambiente. Si nuestro lugar de trabajo es cerca podemos ir a pie con las medidas de seguridad necesarias. De esta forma disminuimos el riesgo de tomar transporte colectivo y contribuimos con el ambiente.*

### 3. Desarrollo seguro de actividades laborales presenciales



Es probable que nuestro lugar de trabajo sea en un local o espacio de nuestra propia casa, como cuando se trata de una tienda de víveres, una cafetería o una miscelánea. También es probable que se trate de la finca o predio rural en donde desarrollamos actividades agrícolas o pecuarias o un espacio amplio en donde fabricamos alimentos o bebidas. En cualquiera de los casos, es probable que algunas o muchas actividades las tengamos que hacer de forma presencial, de ahí que sea conveniente continuar con las medidas de protección y bioseguridad en estos entornos laborales, así como implementar las indicaciones que se disponen desde el nivel nacional y departamental, recordando que el cuidado es para todas las personas.

Nos preocupa que las personas no se sientan bienvenidas a nuestro lugar de trabajo, sin embargo, es necesario compartirlas que todas las medidas de seguridad que se toman son justamente porque las apreciamos y valoramos su visita. Para que la llegada de visitantes o

personas trabajadoras sea segura, debemos establecer en el predio un protocolo de control de ingreso, instrucciones de bioseguridad al momento del ingreso, un método de desinfección para el calzado de quienes lleguen a pie o para el ingreso de vehículos particulares, motos, bicicletas, transportadores de alimento o animales, entre otros, empleando sistemas de desinfección, tales como arco de desinfección, cal viva, rodiluvios o bombas de espalda para aspersión manual, con las sustancias químicas de desinfección recomendadas por la lista N de la EPA. *(Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos, certificó que el producto es eficaz y N, son productos que impactan para el coronavirus COVID-19).*

Es importante tener en cuenta que el cumplimiento de los protocolos por parte de las personas que trabajan a nuestro lado, dependerá en primera instancia del compromiso individual, pero también de las adecuaciones que realicemos en lo locativo y de los insumos y elementos de protección personal de los que se dispongan. A continuación, se mencionan los siguientes aspectos fundamentales para que realicemos actividades presenciales sin riesgos.

Ingresar y salir por el lugar señalado para este fin.

Dirigirnos al lugar destinado para ponernos la ropa de trabajo y guardar la ropa de calle en una bolsa o casillero.

Abstenernos de usar relojes y/u otros accesorios que generen riesgo.

Es fundamental manipular estrictamente lo necesario y en los casos en que se requiera desinfectar, por ejemplo: casilleros, llaves, maletas, entre otros.

Realizar pausas activas, usando los elementos de protección personal, guardando la distancia de mínimo 2 metros entre cada persona y lavarnos las manos antes de volver a las actividades laborales.

Hacer reuniones virtuales en lo posible y evitar el uso o la manipulación de teléfonos celulares durante los periodos de manejo de mercancías y de atención al público.

Durante la atención a los clientes, en caso de uso de datafonos u otro medio de pago electrónico, debemos ejecutar un protocolo de desinfección después de cada uso (cuando aplique).

Suspender la entrega de material publicitario en formato físico, así como detener la entrega de bonos, tarjetas de cliente preferencial, tarjetas de regalo y otros. (En los casos que aplique).

Abstenernos de ir al lugar de trabajo en caso de presentar síntomas de gripa o un cuadro de fiebre mayor a 38°C.

Escalonar los tiempos de cambio entre turnos tanto como sea posible, para lograr menos interacciones.

Cuando estemos frente a nuestro puesto de trabajo recordemos limpiar de manera correcta, con la solución desinfectante, todas las superficies de mayor contacto, ejemplo: silla, escritorio, equipos tecnológicos como computadores y accesorios, teléfonos, impresoras, entre otros.

*Le proponemos invitar a todas las personas a pararse frente al sitio de trabajo e identificar previamente todo lo que requiere limpieza. Hacer conciencia de este proceso dará buenos resultados y será satisfactorio.*



**Si nuestro sector es el de manufacturas, producción de alimentos y bebidas y otros,** lo ideal es que cada persona tenga sus herramientas manuales y/o eléctricas, igualmente con los equipos de manejo, de no ser posible, desinfectar antes de cambiar de operador. Así mismo, procurar aumentar las existencias de material de trabajo, insumos o repuestos para disminuir el número de interacciones con proveedores.

**Si estamos en la industria petroquímica, química y sus relacionados, será importante:**

- Establecer responsables directos de la implementación de protocolos y un punto focal de comunicación con las autoridades locales y nacionales.

- Implementar auditorías del cumplimiento de dicho protocolo, en concordancia con las medidas del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo y de las Administradoras.
- Cada trabajador deberá hacer uso de la máscara respiradora de manera correcta durante toda la estadía en el lugar de trabajo.
- Los EPP no desechables tales como lentes de seguridad, caretas, máscaras respiradoras, tapa oídos de copa o de inserción deberán desinfectarse de manera correcta y almacenarse en un área limpia y seca.

Un aspecto clave en el trabajo, es que en muchas ocasiones **utilizamos u ofrecemos el servicio de domicilios**. Por ello es importante manejar protocolos especiales para personal domiciliario. Para este caso deberán implementar las medidas de bioseguridad para el servicio domiciliario establecido por el Ministerio de Salud y Protección Social, establecidas en la **Resolución 735 de 2020**:

- Permitir el ingreso y recorrido de personal domiciliario por zonas especiales (pasillos interiores únicamente) en comercios.
- La persona que atiende el domicilio debe utilizar los elementos de protección correspondientes.
- En caso que el domicilio llegue a la residencia, recibir el paquete a la entrada de la misma.
- Para el comercio en puestos de venta móviles instalados al borde de una vía pública o en un mercado permanente, se deben manejar protocolos especiales para los recorridos hacia las zonas



en donde desarrollan su actividad, en los casos en que aplique.

- Si la entrega se realiza en vehículo automotor, motocicleta o bicicleta, el domiciliario debe desinfectar el vehículo utilizado de ida y al regreso de cada entrega con alcohol al 70%.
- Se debe mantener un kit que contenga agua jabonosa o alcohol glicerinado mínimo al 60% y máximo al 95%, toallas desechables, bolsa para recoger residuos.

**En restaurantes, cafeterías y servicio móvil de comidas que comercialicen sus productos mediante plataformas de comercio electrónico o por entrega a domicilio, es necesario vigilar que cumplamos las siguientes medidas:**

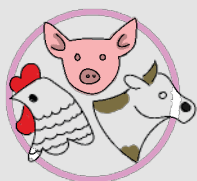
- Todo pedido debe llevar doble bolsa y estar debidamente sellado para garantizar su protección.
- Se realice el lavado de manos con agua y jabón antes de ingresar a la zona de procesamiento de alimentos y antes de cada cambio de zona.
- Se mantenga el distanciamiento entre las personas que trabajan en cocina y las personas que tienen contacto con el ambiente exterior, utilizando una superficie intermedia y limpia para entregar y recibir, evitando hacerlo mano a mano. Realizar marcas visuales de las diversas posiciones de trabajo conservando las distancias de 2 metros entre el personal.
- Establecer normas para consumo de agua y bebidas desde fuentes, dispensadores y/o termos, evitando que los bordes de los vasos y/o botellas tengan contacto directo con el dispensador.



- Mantener la estabilidad de los grupos conformados por turno. Esto permitirá que se pueda identificar los contactos en caso de un eventual contagio.

**Si nuestro sector es el pecuario es importante tener en cuenta lo siguiente, para garantizar la salud de todas las personas en el desarrollo de acciones de tipo presencial.**

Quienes realicen actividades de extensión y asistencia técnica pecuaria de manera presencial, lo podrán hacer siempre y cuando cumplan con las medidas de prevención establecidas al interior del predio.



- Acreditar la condición de trabajadores, productores y contratistas vinculados al sector pecuario mediante carné o certificación que constate su vinculación a este sector, el cual estuvo exceptuado de la aplicación de la medida sanitaria de confinamiento. En el caso de los trabajadores independientes estos deberán acreditar su vinculación al sector, mediante una autorización para ingresar a predios a desarrollar actividades propias.
- Quienes ejercen la medicina veterinaria, medicina veterinaria zootécnica y zootecnia deben limpiar y desinfectar los equipos y elementos que manipulen en cada uno de los predios visitados (equipos médicos, termos de transporte de biológico, jeringas, sogas o manilas)
- Portar elementos de trabajo propios de la profesión como: tapabocas, overol, blusa desechable o delantal plástico, gel desinfectante de manos, botas de caucho, jabón o detergente,

toallas de papel desechables, guardián para las agujas, bolsa roja para overoles y tapabocas desechables.

- Ante cualquier emergencia o urgencia veterinaria en los animales del predio, conviene comunicarse con medicina veterinaria y seguir sus instrucciones; es mejor evitar llamar a vecinos y no permitir que los animales sean atendidos por personas ajenas.

#### 4. Interacción en tiempos de alimentación



Todas las personas sabemos la importancia que tienen los espacios y tiempos de alimentación en el lugar de trabajo, no solo por las implicaciones físicas que tiene, sino porque es una oportunidad, para el encuentro, la risa, la conversación casual y el disfrute de alimentos en compañía de personas que conocemos.

La pandemia nos ha puesto el reto de modificar la forma en que interactuamos y organizamos estos espacios, de manera que sigan siendo importantes en el día a día en el entorno laboral y se cumpla el objetivo de controlar y mitigar la propagación de la COVID-19:

##### Con relación al espacio físico

- Establecer turnos u horarios flexibles de alimentación y descanso para evitar aglomeraciones.
- Señalizar las áreas en donde se toman los alimentos para que solo se haga en estos lugares.
- Mantener ventanas y puertas abiertas, incluyendo habitaciones y zonas de descanso y alimentación, en la

medida que las instalaciones y operaciones lo permitan, para asegurar el flujo de aire y mantener una correcta ventilación.

- Disponer mesas con una distancia de 2 metros y colocar solamente el número de sillas que permita que las personas también se distancien 2 metros.

### Limpieza y desinfección de superficies

En caso, que la alimentación no sea suministrada en nuestro lugar de trabajo y que la llevemos desde nuestra casa, para calentar en hornos microondas, sugerimos lo siguiente:

- Disponer de paños y alcohol glicerinado que permitan asear el panel de control del horno entre cada persona que lo utiliza.
- También es posible designar a alguien que se encargue de efectuar la manipulación de los hornos.
- Es fundamental la limpieza y desinfección de superficies, antes de después de hacer uso de los espacios para alimentación.

Si llevamos el almuerzo desde la casa, es importante almacenarlo de forma que evite su contaminación o alteración, que puedan afectar su salud.

### Si actuamos bien, todo sale bien

- Motivemos el distanciamiento social entre trabajadores y demás personas, al momento de hacer la fila para recibir alimentos.
- Usemos tapabocas en las áreas de circulación del alojamiento de trabajadores (en el caso que nos hospedemos o tengamos posada compartida).

- Una vez en la zona de alimentación, lavemos las manos con agua, jabón y toallas desechables, retiremos el tapabocas, guardémoslo en una bolsa de papel o de cierre y lavemos nuevamente las manos.
- Evitemos hablar cuando pasemos por la zona donde se encuentra o se mantiene la comida caliente o donde están los cubiertos y demás elementos y alimentos que se disponen.
- Es importante que nos cambiemos la ropa de trabajo antes de ingresar a las zonas de descanso, así evitamos contaminaciones.
- Retiremos la bandeja con la loza, una vez finalizada la alimentación y coloquémosla en el lugar designado, posteriormente lavémonos las manos siguiendo las indicaciones ya mencionadas.
- Estar vigilantes para evitar el ingreso de personal ajeno al área de preparación de alimentos.
- Al finalizar el consumo de alimentos es necesario que realicemos el lavado de manos con agua y jabón y utilizar un nuevo tapabocas para retomar las labores.
- Los alimentos y utensilios de comida son personales, por esta razón es ideal no compartirlos (alimento, vasos, platos, cubiertos u otros artículos de uso personal).

## 5. Organización laboral segura (Aforo y teletrabajo)



Un aspecto importante del trabajo que realizamos en casa o fuera de ella es la relación con las personas, el encuentro con nuestro equipo de trabajo nos motiva e inspira, no solo por lo

que podemos obtener en lo productivo, sino por la oportunidad de conversar y compartir. Ahora nos corresponde cuidarnos mutuamente y ello implica que no siempre nos podamos ver, pues es necesario flexibilizar horarios, mantener aforos seguros e implementar teletrabajo de ser posible. Para ello le proponemos lo siguiente:

**1.** Identificar a quienes trabajan con nosotros y a quienes nos visitan, especialmente para saber cuántas personas es posible que nos visiten en un día de trabajo.

**2.** Adoptar esquemas operativos que garanticen la continuidad del servicio o actividad y que nos permita disminuir el riesgo de contagio para los trabajadores y demás personas que presten sus servicios a la empresa o entorno laboral:

- Implementar jornadas flexibles o turnos de entrada y salida a lo largo del día, con el fin de evitar aglomeraciones de los trabajadores al ingreso y salida, en los entornos laborales y en los medios de transporte masivos.
- Determinar claramente el número máximo de trabajadores por turno dependiendo de las condiciones del lugar de trabajo tanto para el personal administrativo, de producción, operación y/o de centro de despacho, entre otros. (los que apliquen).

**3.** Realizar análisis de reconversión laboral de acuerdo con las condiciones y viabilidades del proceso productivo, para aquellos casos que requieran permanecer en aislamiento preventivo

**4.** Facilitar el trabajo en casa para los siguientes grupos de personas. Adicionalmente, podrán realizar trabajo en forma remota los siguientes perfiles:

- Los mayores de 60 años y trabajadores que presenten morbilidades preexistentes, identificadas como factores de riesgos para COVID-19.
- Mujeres gestantes.
- Asesores o personas que cuenten con conectividad en su hogar, permitiendo la continuidad de su labor, (actividades de telemercadeo, ventas en general, cobranza, áreas de apoyo transversales y administrativas).

## **6. Interacción con terceros (proveedores, clientes, aliados, etc.)**



Es muy importante que las personas que recibimos en las instalaciones del entorno laboral, cumplan también las recomendaciones, por ellos, por nosotros y por nuestras familias. Ahora se habla de los círculos de confianza que son las personas con las que nos relacionamos y de quienes tenemos la seguridad que están llevando a cabo todas las medidas de protección, probablemente quien llega a nuestro lugar de trabajo, sea una

persona de confianza de muchos años, pero no sabemos a ciencia cierta si cumple de forma estricta los protocolos de bioseguridad frente a la COVID-19, quizás sea una persona asintomática, o en su recorrido laboral tener contacto con algún caso positivo y no saberlo.

Ahora bien, nosotros no tendríamos por qué saber lo anterior, pero sí está en nuestras manos, protegernos y protegerles. Por esta razón le invitamos a cumplir, las siguientes recomendaciones:

- Definir protocolos de interacción con proveedores, clientes y personal externo a la empresa o entorno laboral. En particular, se deberá usar **siempre el tapabocas, realizar el protocolo de lavado de manos, mantener la distancia mínima de 2 metros** entre las personas, reunirse en lugares predeterminados, seguir el protocolo de etiqueta respiratoria, entre otros.
- Así mismo, establecer turnos para los proveedores y clientes para que puedan estar en las instalaciones. Éstos deben tener en cuenta las condiciones de los lugares a los cuales puedan acceder (espacios y aforo) asegurando el distanciamiento social y evitando aglomeraciones.
- Una recomendación a seguir si nos es posible es fomentar el pago con tarjeta y otras plataformas digitales para reducir el uso de dinero en efectivo. En caso de no ser posible se recomienda pagar el monto exacto de la compra y evitar la firma de recibido del producto. A menos que utilice su propio lapicero (recordar el lavado de manos de manera frecuente).





**En alojamientos y hoteles,** mantengamos un equipo rociador o atomizador con producto desinfectante en la recepción para utilizar en los equipajes de huéspedes, comunicándoles la implementación de esta medida.

**Si hacemos parte del comercio al por mayor de alimentos, bebidas y tabaco, comercio al por menor en establecimientos no especializados y comercio al por menor de alimentos** (víveres en general), bebidas y tabaco, en establecimientos especializados, es importante que tomemos la iniciativa para recordarle a nuestros clientes que:

- Las compras de la familia, no sean hechas por personas adultos mayores, menores de edad o niñas, niños o adolescentes, con el propósito de proteger a estos segmentos de la población.
- Cuando la capacidad de aforo sea la máxima, debemos realizar fila de ingreso en las puertas de entrada, con el distanciamiento mínimo de 2 metros.
- Si nuestro negocio está en internet, invitemos a las personas a consultar los productos por este medio para minimizar los tiempos de búsqueda en las instalaciones.



**Además en las instalaciones será necesario:**

- Proteger los alimentos del contacto directo con los proveedores, trabajadores y aliados. A través del uso de láminas de fácil lavado o desinfección o vitrinas.
- Utilizar alcohol glicerinado mínimo al 60 % antes de cada entrega de producto,

después de su retiro y después de entrar en contacto con dinero en efectivo, superficies y clientes.

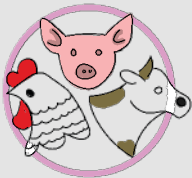
**En el caso de la industria manufacturera, se recomienda:**



- Separar el área de ventas del área de producción y evitar el contacto directo del personal operario con clientes y proveedores.
- Dejar los documentos recibidos en los descargues de insumos en un espacio indicado para ello, evitando el contacto entre quien entrega y quien recibe, similar procedimiento debe seguirse en los despachos de productos.

**En el caso de comercio al por menor y puestos móviles,** es importante reducir al máximo la circulación de clientes alrededor de los puestos móviles, asegurando el cumplimiento de los protocolos de interacción recomendados.

**El sector pecuario y agrícola** tiene algunas consideraciones especiales en cuanto a la interacción con terceros. Estos son:



- Los insumos pecuarios y agrícolas es mejor recibirlos a la entrada de la planta, predio o finca.
- Si se requiere que un vehículo ingrese, deberá ser desinfectado y almacenar los insumos recibidos de forma inmediata en estantería o estibas en el lugar de almacenamiento seguro.
- El conductor y quien acompañe la entrega permanecerán en la cabina con las puertas abiertas, en caso de tener que bajarse deben

colocarse tapabocas y lavarse las manos al bajarse y al subirse nuevamente al vehículo.

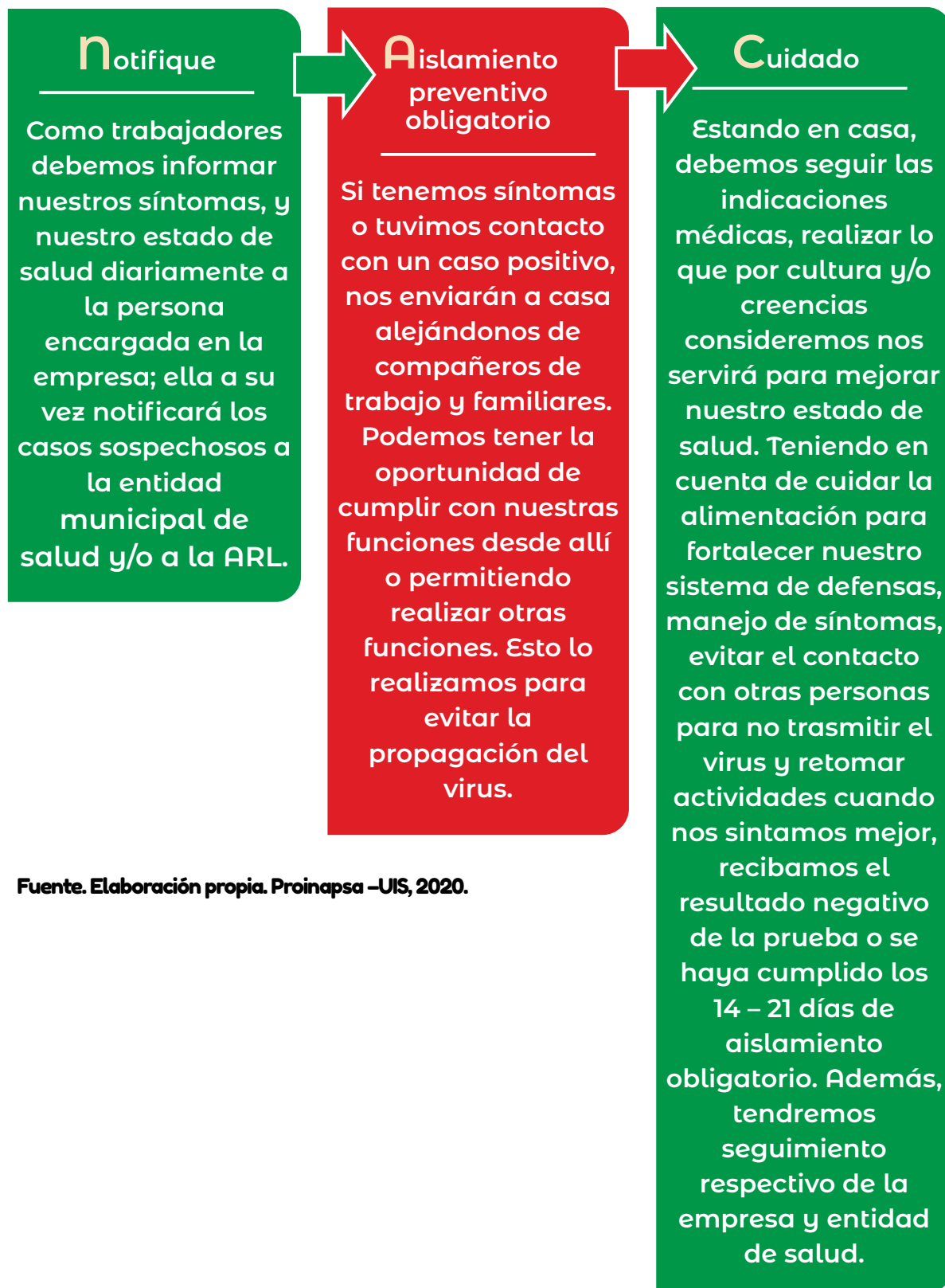
- Lavarse las manos antes y después de la entrega de productos pecuarios o agrícolas, usando siempre los elementos de protección personal y desinfectando recipientes y herramientas.
- Realizar el proceso de desinfección de manos antes de la recepción del servicio, después de utilizar dinero en efectivo y después de tener contacto con superficies o paquetes.
- Impedir el ingreso de personas ajenas al predio, visitas o profesionales de asistencia técnica si no llevan elementos de protección personal.
- Mantener en buen estado las cercas y las puertas cerradas en el caso de existir este equipamiento.

## 7. Manejo de situaciones de riesgo ante un contagio por COVID-19 en el entorno laboral



En caso de identificarse un trabajador con síntomas respiratorios y/o posible caso sospechoso de coronavirus, se invita a activar el procedimiento **NAC**, que como sus siglas lo describe se entiende como: **NOTIFICACIÓN, AISLAMIENTO PREVENTIVO U OBLIGATORIO, CUIDADO.**

Figura 8. Manejo de situaciones de riesgo.



Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.

Si durante el análisis diario de rutina a cada trabajador o por cualquier canal se identifica una persona con síntomas o que tuvo contacto con un caso COVID-19 positivo se debe realizar lo siguiente:

- Es importante contar con un directorio de libre y fácil consulta con las líneas de atención de las EPS, ARL, o entidades municipales de salud.
- Realizar una lista de todas las personas que han estado en contacto estrecho (**a menos de 2 metros por más de 15 minutos**) con el caso confirmado en los últimos 14 días. Dicha lista se entregará a la secretaría de salud correspondiente para dar seguimiento y los contactos identificados estarán en aislamiento preventivo por 14 días.
- Realizar seguimiento al trabajador verificando que se mantenga aislado hasta tanto reciba el resultado de la prueba, en caso de que se confirme como positivo para COVID-19, debe seguir las recomendaciones respectivas; en caso contrario, si sale negativo, regresar al trabajo cumpliendo con todos los protocolos establecidos previamente.
- Coordinar con la EPS o secretaría de salud del municipio, para que realicen apoyo al seguimiento en la prevención, detección y seguimiento al estado de salud de los trabajadores, incluyendo estrategias de testeo aleatorio de COVID-19, si es el caso.

## 8. Llegada segura a casa. Puntos clave para mantener protegido nuestro hogar.



Llegar al hogar luego de cumplir con nuestro trabajo diario, debe ser uno de los momentos más placenteros del día. A los logros laborales le sumamos el reencuentro con la familia, el descanso, el juego y las buenas energías. Para que esto sea posible es importante que sigamos las recomendaciones que a continuación se describen.

Tabla 9. Claves de protección en el hogar.

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p>Lo primero es que antes de salir del entorno laboral nos debemos retirar la ropa de trabajo y elementos de protección, siguiendo los protocolos de limpieza, desinfección y guardado de los mismos.</p>                     | <p>Desinfectar los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda.</p> <p>Si llevamos alguna compra, desinfectar el empaque y colocarlo en una superficie limpia y si es el caso, disponer los productos en la nevera o despensa después de ser lavados o desinfectados.</p> |   |
| <p>Recordar que debemos desinfectar el medio de transporte (carro, moto o bicicleta) con especial énfasis en las superficies de mayor contacto (ejemplo: el volante, barra de cambios, cinturón de seguridad entre otras).</p> |    | <p>Retirar los zapatos a la entrada y lavar la suela con agua y jabón.</p>  |
|   | <p>Mantener el distanciamiento físico al saludar en el hogar, en la medida de lo posible, especialmente antes de pasar a bañarse con abundante agua y jabón y cambiar de ropa.</p>  | <p>Evitar al máximo reutilizar la ropa sin antes lavarla o sacudir las prendas antes de lavarlas para minimizar el riesgo de dispersión de virus a través del aire.</p> |

**Tabla 9. Claves de protección en el hogar.**

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>En los espacios del hogar también aplica: mantenerlo ventilado, limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.</p> |  | <p>Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella, deben utilizar tapabocas de manera constante en el hogar.</p> |
|--|---|--|

**Fuente. Adaptado de: Ministerio de Salud y Protección Social, 2020.**

Todos los pasos anteriores pueden disponerse en un instrumento de **plan de acción para sectores productivos**, que se puede consultar en el **anexo 3** al final de este documento. Este instrumento propone de manera sencilla los pasos a seguir, las acciones para alcanzar cada paso, el cronograma en el cual se llevarán a cabo las acciones, un espacio para hacer seguimiento y saber si se están cumpliendo o no dichas acciones y otro para acciones de mejora en donde se indicará en los casos en que la acción no se haya cumplido, las acciones de mejora para este fin. **A continuación en la tabla 10**, proponemos un ejemplo de algunas de las acciones previstas en el plan.

**Tabla 10. Plan de acción sectores productivos. Ejemplo.**

| Municipio: Socorro   |   | Sector productivo: Agrario                         |              | Seguimiento al plan |                    |
|--|---|--|--------------|---------------------|--------------------|
| Fecha de realización del plan: Diciembre 18 de 2020  |   | Nombre de quien diligencia el plan: Anabel Benítez |              |                     |                    |
| Actividad a realizar   | Cómo lo hará  | Cuándo se ejecutará                                | Cumplimiento |                     | Acciones de mejora |
|  |   |  | Si           | No                  |                    |
| Organizar el equipo de trabajo   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Reunión para socializar la importancia del equipo de trabajo.</li> <li>Organización voluntaria del equipo y las responsabilidades.</li> </ul>  | 20/Dic   |              |                     |                    |
| Consolidar información completa y actualizada de los trabajadores y demás personal que preste los servicios en el lugar de trabajo | <ul style="list-style-type: none"> <li>Diseñar un formato con el nombre de todos los trabajadores.</li> <li>Enviar por correo y hacer seguimiento a su diligenciamiento.</li> <li>Archivar información consolidada en carpeta laboral.</li> </ul> | 26/Dic   |              |                     |                    |
| Designar a una persona que sirva de enlace con ARL, EPS y/o secretaría de salud  | La persona será elegida voluntariamente   | 20/Dic   |              |                     |                    |
| Identificar el riesgo del entorno laboral  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el mapeo de riego con todos los trabajadores.</li> <li>Identificar los lugares de riesgo.</li> <li>Diseñar las acciones para minimizarlos.</li> </ul>   | 04/Ene/21  |              |                     |                    |



**Tabla 10. Plan de acción sectores productivos. Ejemplo.**

| Municipio: Socorro                      Sector productivo: Agrario<br>Fecha de realización del plan: Diciembre 18 de 2020<br>Nombre de quien diligencia el plan: Anabel Benítez |  |  | Seguimiento al plan          |    |                    |
|---|--|--|------------------------------|----|--------------------|
| Actividad a realizar  | Cómo lo hará   | Cuándo se ejecutará  | Cumplimiento                 |    | Acciones de mejora |
|   |  |  | Si                           | No |                    |
| Poner en marcha los cuatro (4) prácticas y comportamientos universales.   | Disponer los espacios en el lugar de trabajo para el lavado de manos | Instalar un lavamanos a la entrada del lugar de trabajo.   | 21/Feb/21                    |    |                    |
|   | Suministrar los insumos para llevar a cabo el lavado de manos        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Disponer los insumos en espacios cercanos al lavamanos.</li> <li>Llevar un control de insumos para evitar que se agoten.</li> </ul> | Permanente                   |    |                    |
|   | Establecer pausas activas rutinas y turnos para el lavado de manos   | Se establecerán horarios 3 veces al día todos los días de la semana.   | A partir del 18 de diciembre |    |                    |

**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

# Parte 3.



## Herramientas para la implementación de las prácticas claves

Teniendo en cuenta que ya hemos revisado las prácticas y los comportamientos claves a promover en el marco de la pandemia que estamos viviendo, a continuación, les queremos compartir unas herramientas sencillas que nos permitirá fortalecernos a nosotros mismos, a nuestros compañeros de trabajo, a nuestras familias y a nuestras comunidades, para cuidarnos mejor.

Para ello hemos propuesto 2 pasos claves a tener en cuenta en el uso de las herramientas:

- **Conocer la herramienta propuesta**
- **Cómo hacerla y/o cómo utilizarla**

Veamos algunas de ellas:

### 1. **Lavado correcto de manos:**

#### ¿Qué necesitamos para el lavado de manos?

- Agua
- Jabón
- Toalla limpia o desechable

#### ¿Cómo debemos lavarnos las manos?

- Depositar suficiente jabón en la palma de la mano.
- Frotar las palmas de las manos entre sí, para generar espuma.
- Frotar la palma de la mano derecha con el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos. Luego hacerlo con la mano contraria
- Frotar las palmas de las manos entre sí, entrelazando los dedos.

- Frotar el dorso de los dedos de la mano izquierda con la palma de la mano derecha y luego hacerlo con la mano contraria.
- Frotar el dedo pulgar izquierdo, agarrándolo con la mano derecha y haciendo movimientos circulares. Luego hacerlo con la mano contraria.
- Frotar la punta de los dedos de la mano izquierda en la palma de la mano derecha, limpiando las uñas. Luego hacerlo con la mano contraria.
- Enjuagar nuestras manos con suficiente agua para remover el jabón.
- Secar nuestras manos con una toalla limpia o desechable.

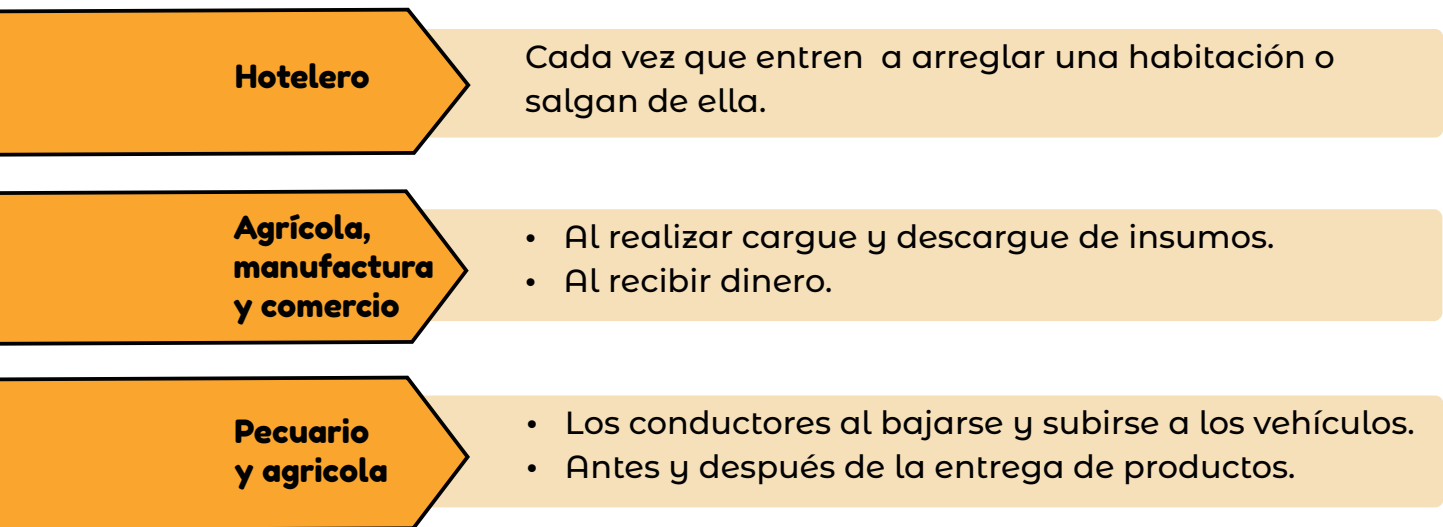
### ¿Cuándo debemos lavarnos las manos?

El lavado de manos debemos hacerlo todos en forma permanente, por lo menos cada 2 a 3 horas; sin embargo, hay momentos claves que debemos tener en cuenta tales como:

- Al llegar y salir de casa.
- Al llegar y salir del trabajo.
- Antes de colocarnos el tapabocas y después de retirarlo.
- Antes de manipular alimentos.
- Antes y después de consumir los alimentos.

Por otra parte, de acuerdo al sector productivo al que pertenecemos, existen otros momentos clave, los cuales presentamos en la siguiente tabla:

Figura 9. Lavado de manos según sector productivo.



Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.

## 2. Uso correcto del Tapabocas de uso general:

### ¿Qué son los tapabocas de uso general?

Son elementos de protección personal para la vía respiratoria que ayudan a bloquear las gotitas más grandes de partículas, derrames, aerosoles o salpicaduras, que podrían contener microbios, virus y bacterias, para que no lleguen a la nariz o la boca, también se conocen como mascarillas. Son productos para la protección de las vías respiratorias que cubre la boca, nariz y barbilla, a fin de reducir la probabilidad de que se genere contacto entre la mucosa de la boca y nariz y los fluidos corporales potencialmente infecciosos de otro individuo. (*Ministerio de Salud y Protección Social, 2020*).

### **¿Por qué debemos usar el tapabocas?**

Porque con ellos podemos prevenir la propagación de la enfermedad COVID-19. Deben ser hechos de materiales que bloqueen la saliva o salpicaduras y nos permitan respirar.

### **¿En qué momentos y quienes debemos usar el tapabocas?**

Debemos usar el tapabocas convencional de manera obligatoria en los siguientes lugares y en las siguientes condiciones:

- En el sistema de transporte público (buses, transporte masivo como Metrolínea, taxis) y áreas donde haya afluencia masiva de personas (plazas de mercado, supermercados, bancos, farmacias, entre otros) donde no sea posible mantener la distancia mínima de 1 metro.
- Aquellas personas que presentan sintomatología respiratoria.
- Aquellas personas que hacen parte de los grupos de riesgo (personas adultas mayores de 70 años, personas con enfermedades cardiovasculares, enfermedades que comprometan su sistema inmunológico, cáncer, VIH, gestantes y enfermedades respiratorias crónicas).

### **¿Cómo se usa en forma correcta el tapabocas?**

Los pasos a tener en cuenta para colocarnos y retirarnos el tapabocas son los siguientes:

- Debemos lavarnos las manos con agua y jabón en forma correcta antes de colocarnos el tapabocas.
- Tener en cuenta y seguir las recomendaciones del fabricante.
- La cara del tapabocas con color (impermeable) debemos mantenerla como cara externa, es decir, hacia afuera. Puesto

que, debido a su diseño, el filtrado no tiene las mismas características en un sentido y en otro, y su colocación errónea puede ser causante de una menor protección. La colocación con la parte impermeable (de color) hacia dentro puede dificultar la respiración y generar acúmulo de humedad en la cara. Por otro lado, dejar la cara absorbente de humedad hacia el exterior favorecerá la contaminación del tapabocas por agentes externos.

- Debemos sujetar las cintas o colocar las gomas de forma que quede firme en nuestra cara.
- Moldear la banda metálica alrededor de nuestro tabique nasal.
- Ajustar el tapabocas lo más pegado a la cara.
- No tocar el tapabocas durante su uso. Si debemos hacerlo, es necesario lavarnos las manos antes y después de su manipulación.
- El tapabocas lo podemos usar durante un día de manera continua, siempre y cuando no esté roto, sucio, o húmedo, en cualquiera de esas condiciones debemos retirarlo y eliminarlo.
- Cuando nos retiremos el tapabocas, debemos hacerlo desde las cintas o las gomas, nunca tocar la parte externa de la mascarilla.
- Una vez retirada, doblamos el tapabocas con la cara externa hacia dentro y lo depositamos en una bolsa de papel o basura.
- No debemos reutilizar el tapabocas o mascarilla.
- Inmediatamente después de retirarnos el tapabocas debemos realizar lavado de manos con agua y jabón.

- El tapabocas lo debemos mantener en su empaque original si no lo vamos a utilizar o en bolsas selladas, no se recomienda guardarlos sin empaque en el bolso, o bolsillos sin la protección porque se pueden contaminar, romper o dañar.
- Los tapabocas no se deben dejar sin protección encima de cualquier superficie (*ej. Mesas, repisas, entre otros*) por el riesgo de contaminación.

### **Cómo hacer los Tapabocas**

El Tapabocas de uso general no hospitalario, es un producto que busca proporcionar una barrera para minimizar la expulsión de gotas de saliva o salpicaduras del usuario al exterior al hablar, estornudar o toser, el cual debe cubrir la boca y la nariz. Estos tapabocas son para la comunidad en general para desacelerar la propagación del virus. (*Ministerio de Salud y Protección Social, 2020*).

### **Proceso de fabricación:**

En la fabricación de tapabocas, el fabricante será el responsable del diseño, los materiales y los métodos de confección, deben cumplir los criterios específicos de filtración bacteriana, respirabilidad y resistencia a salpicaduras. Los tapabocas pueden ser desechables o reutilizables según determine el fabricante.

Existen en el mercado diferentes materiales que se pueden utilizar para fabricar estos tapabocas, que han demostrado la efectividad como barrera microbiana y evitan enviar al ambiente material que se desprende del tracto respiratorio. Para el proceso de fabricación de tapabocas desechables, el fabricante determinará los materiales a utilizar, teniendo en cuenta las capas y filtros del tapabocas, los cuales varían según el diseño del fabricante.



- **Desarrollo del proceso de producción o fabricación de tapabocas:**

El proceso de fabricación debe llevarse a cabo en un orden lógico y de manera secuencial, para evitar confusión o el cruce de actividades. Por eso es importante seguir el siguiente paso a paso para la fabricación de un tapabocas.

- El personal que realiza las actividades de fabricación debe colocarse la dotación o uniforme de trabajo, elementos de protección personal y realizar un lavado de manos, antes de iniciar el proceso de fabricación.
- Realizar despeje de línea, garantizando que el lugar de trabajo se encuentre libre de materiales o residuos de procesos anteriores, limpiar el área y la mesa de trabajo y aplicar una solución desinfectante.
- De acuerdo con el tipo y tamaño de tapabocas a fabricar se debe disponer de las materias primas requeridas tales como tela seleccionada, filtro, tijeras, cintas elásticas o caucho, hilo, aguja, clip metálico (opcional), máquina de coser tradicional o por ultrasonido o termo-selladora, metro, entre otros; y los moldes correspondientes, contruidos en un material durable y resistente (por ejemplo, acrílico).
- Tamaños sugeridos para adulto: mínimo de 20 cm x 15 cm; para niño: mínimo de 18 cm x 12 cm.
- Realizar el tendido de la tela seleccionada sobre una mesa o superficie firme y luego realizar el trazo utilizando un molde de acuerdo al tamaño del tapabocas (adulto – pediátrico) para finalmente cortar

las telas siguiendo la marcación efectuada. Algunos controles en esta etapa del proceso uniformidad de la tela, corroborar la no presencia de manchas o suciedad, fisuras o pliegues, calidad del corte, dimensiones, entre otros.

- Realizar la unión de las capas de tela y los dobleces o pliegues, colocar el clip metálico (opcional), las cintas elásticas, cauchos o tiras de sujeción, utilizando máquina de coser o de ultrasonido o termo-selladora. Para ello es importante contar con instrucciones claras del orden en que se debe llevar a cabo la secuencia de pasos para obtener el producto con calidad uniforme y realizar controles de calidad en esta fase del proceso.

- **Control de calidad de la producción de los tapabocas**

El control de calidad realizado al producto final tiene el propósito de verificar que las condiciones de calidad atribuidas a éste se cumplan. Una vez terminado el tapabocas el fabricante debe como mínimo efectuar las inspecciones y pruebas básicas de:

- Inspección visual: para identificar tamaño y dimensiones correctas, partículas (hilos, cabellos, metal, insectos), que no esté sucio, daños en la tela, manchas, hilos sueltos, malas costuras.
- Prueba de resistencia: Tomar los extremos de los tapabocas y otros insumos en los cauchos ejerciendo tensión y verificar que no se desprendan, que se encuentren bien las costuras.
- Los tapabocas y otros insumos que pasen las

verificaciones anteriores se procederán a pasar al área de empaque primario y embalaje.

- Los tapabocas y otros insumos que no pasen las verificaciones anteriormente descritas, se deberán disponer separadamente, almacenándolos en una zona identificada como producto no conforme, para posteriormente desechar y los que se puedan arreglar entraran en reprocesamiento.

Es importante destacar que las normas técnicas de tapabocas establecen métodos de ensayos funcionales, tales como **eficacia de filtración bacteriana, respirabilidad, resistencia a salpicaduras**, los cuales deben ser llevados a cabo por parte de laboratorios de control de calidad que posean técnicas estandarizadas para su realización.

### 3. Preparación de Alcohol Glicerinado<sup>1</sup>:

#### ¿Qué es el Alcohol Glicerinado?

Es el mismo alcohol, sólo que se le aplica glicerina para que sea más benévolo con nuestras manos y estas no se deterioren.

*(Ministerio de Salud y Protección Social, 2020).*

#### ¿Qué necesitamos para hacer el Alcohol Glicerinado?

Insumos para 10 Litros:

1. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/MET/gmtg14-guia-lineamientos-alcohol-desinfeccion.pdf>

**Tabla 11. Insumos para la preparación de alcohol glicerinado.**

| Insumo                                       | Cantidad   | Función                                 |
|--|--|---|
| Etanol al 96% (Alcohol etílico)              | 8.333 ml   | Desinfectante                           |
| Peróxido de hidrógeno al 3% (agua oxigenada) | Etanol al 96% (Alc417 ml)                            | Coadyudante a la eliminación de esporas |
| Glicerol al 98% (Glicerina)                  | 145  | Etanol al 96% (Alc                      |
| Agua destilada o hervida fría                | Cantidad suficiente para completar el volumen de 10L | Humectante                              |

**Fuente. Proinapsa –UIS, 2020.**

### **Materiales para hacer el alcohol glicerinado**

- Recipientes de vidrio o plástico con tapa, donde se hará el envasado final del preparado, pueden ser botellas desechables, y cuya capacidad máxima no exceda los 500 ml.
- Recipientes en acero inoxidable, vidrio o plástico, para realizar la mezcla de los materiales de 10 litros, o la cantidad que vaya a preparar, de preferencia con tapa.
- Recipientes medidores de volumen, como jarras o beaker (vaso de precipitado que se usa comúnmente en los laboratorios).
- Agitadores o espátulas de plástico o vidrio.

### **¿Qué debemos tener en cuenta antes de la preparación?**

- Lavarnos las manos con agua y con jabón correctamente antes y después de la preparación.
- Usar elementos de protección personal básicos, como gorro, tapabocas y guantes.

- Usar solo insumos adecuadamente conservados en ambientes ventilados y limpios, protegidos de polvo, insectos o roedores.
- Usar equipos y elementos de medición limpios y desinfectados si es posible.
- Realizar la preparación en superficies lisas y limpias, previamente desinfectadas con alcohol al 70% o hipoclorito de sodio.
- Realizar la preparación en un ambiente ventilado, alejado de contaminantes como humo, animales, insectos, comidas, así como de elementos que produzcan llama.

### ¿Cómo se puede preparar?

- Debemos colocar el alcohol en el recipiente seleccionado.
- Agregar el agua oxigenada previamente medida, y mezclar suavemente.
- Agregar la cantidad medida de glicerina. Ayudándonos del agua destilada o hervida para retirar la glicerina que se adhiera al recipiente medidor.
- Completar la cantidad deseada con agua destilada o hervida fría y mezclar suavemente.
- Envasar el producto en recipientes de vidrio o plástico con tapa.
- Almacenar durante 72 horas, antes de su utilización. Este tiempo permite la destrucción de microorganismos presentes en la solución y el envase.

#### 4. Limpieza de superficies:

Tengamos en cuenta el siguiente proceso, para mantener nuestro lugar de trabajo limpio y minimizar el riesgo de contagio por contacto con las superficies a nuestro alrededor.

**Figura 10. Proceso para limpieza de superficies.**



**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

#### 5. Desinfectantes caseros para alimentos

Cada año enferman muchas personas a causa de ETAS (*Enfermedades Transmitidas por Alimentos*) que generalmente se producen por ingerir alimentos contaminados.

Como se mencionó anteriormente, es importante consumir frutas y verduras, pero también debemos asegurarnos de que su consumo sea seguro mediante el lavado y desinfección adecuados.

No es necesario gastar en desinfectantes para alimentos que suelen ser costosos, con productos caseros se puede realizar el proceso de limpieza y desinfección.



*Primero debe realizar el proceso de LIMPIEZA.*

*Lave con abundante agua y jabón para retirar cualquier rastro de suciedad visible.*

Posteriormente, realice el proceso de DESINFECCIÓN eligiendo alguna de las siguientes opciones:

- **Vinagre blanco:** Diluya 200ml de vinagre (1 vaso) en un litro de agua, sumerja las frutas y verduras y deje de 10 a 15 minutos. Finalmente, enjuague.
- **Jugo de limón:** Diluya el jugo de 5 limones en un litro de agua, sumerja las frutas y verduras, deje 10 minutos y enjuague.
- **Vinagre blanco y sal de mar:** Diluya  $\frac{1}{2}$  taza de vinagre y 3 cucharadas de sal de mar en un litro de agua, sumerja las frutas y verduras, deje 20 minutos y enjuague.



*Para las verduras de hoja verde lave muy bien hoja por hoja, sumérgalas en la solución que haya elegido, enjuague y seque muy bien antes de almacenar.*

## **6. Distanciamiento:**

Es importante que tanto las personas trabajadoras como las visitantes, estemos separadas por lo menos 2 metros entre sí; para ello sugerimos utilizar diferentes herramientas como señalizaciones en paredes y pisos, uso de cintas para delimitar el espacio, tizas, pintura, entre otras. Estas señalizaciones deben estar en un lugar visible, donde las personas puedan identificarlas fácilmente. Así mismo se pueden utilizar videos explicativos con el fin de hacer educación en los grupos de trabajo sobre la importancia del distanciamiento o usar aplicaciones (App) que ayudan a controlar el número de contactos que están próximos a nosotros o los que se han producido durante el día. A continuación y a manera de ejemplo, la siguiente figura muestra algunos de estos recursos que es posible utilizar.



**Figura 11. Herramientas para distanciamiento social.**



**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

## 7. Aplicación Coronapp:

Mediante la aplicación Coronapp podemos recolectar datos de los síntomas personales y de nuestros familiares, podemos, acceder a información verídica sobre el estado de la pandemia en los diferentes territorios del país, para la toma de decisiones en su municipio y/o sector. La aplicación también ofrece protocolos y medidas de bioseguridad que puede implementar en su hogar y/o sector laboral.

*Les invitamos a dar click en el logo de la app Coronapp donde podrá conocer cómo instalarla y el paso a paso para su uso.*



## **8. Importancia del normograma sanitario de alimentos y bebidas:**

El normograma sanitario de alimentos y bebidas es mencionado como documento para tener en cuenta en la resolución 748 de 2020, en la cual se adopta el protocolo de bioseguridad en la industria manufacturera autorizada para la elaboración de alimentos, bebidas entre otros.

*Como comerciante de alimentos es importante consultar este normograma, pues da las pautas específicas de manipulación para cada tipo de alimento que se comercialice. Por ejemplo, si se comercializa leche, en el normograma se indica qué normativa específica rige esta comercialización, la cual debe ser adoptada dentro de los protocolos de bioseguridad.*

**Tabla 12. Resolución sanitaria. Alimentos y bebidas para consumo humano.**

**Rotulado  
o etiquetado general**

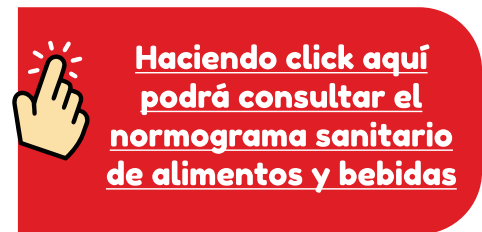
Resolución 5109 de 2005  
Resolución 1506 de 2011  
Resolución 333 de 2011

| Productos de la pesca   | Productos del cacao   | Derivados lácteos  | Leche   | Lactosueros  |
|---|---|--|---|--|
| <p><b>Decreto:</b></p> <p>561 de 1984</p> <p>Resoluciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 776 de 2008</li> <li>• 122 de 2012</li> </ul> | <p><b>Resolución:</b></p> <p>1511 de 2011</p>   | <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2310 de 1986</li> <li>• 1804 1989</li> <li>• 11961 de 1989</li> </ul>                             | <p><b>Decretos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 616 de 2006</li> <li>• 1673 de 2010</li> <li>• 1880 de 2011</li> </ul>   | <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2997 de 2007</li> <li>• 1031 de 2010</li> <li>• 1185 de 2011</li> </ul> |
| Derivados cárnicos  | carnes y productos cárnicos   | Frutas y hortalizas  | Panela  | Mayonesa   |
| <p><b>Decretos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2162 de 1983</li> <li>• 2131 de 1997</li> </ul>                                      | <p><b>Decretos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2278 de 1982</li> <li>• 1036 de 1991</li> <li>• 402 de 2002</li> <li>• 2350 de 2004</li> <li>• 3752 de 2006</li> <li>• 1500 de 2007</li> <li>• 2965 de 2008</li> <li>• 2380 de 2009</li> <li>• 3961 de 2011</li> <li>• 318 de 2013</li> </ul> <p>Resoluciones:</p> <p>240 de 2013<br/>241 de 2013<br/>242 de 2013<br/>3753 de 2013<br/>562 de 2016</p> | <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 15790 de 1984</li> <li>• 14712 de 1984</li> <li>• 2155 de 2012</li> <li>• 3929 de 2013</li> </ul> | <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 779 de 2006</li> <li>• 3462 de 2008</li> <li>• 3544 de 2009</li> <li>• 4121 de 2011</li> <li>• 4217 de 2013</li> </ul> | <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2997 de 2007</li> <li>• 1031 de 2010</li> <li>• 1185 de 2011</li> </ul> |

**Tabla 12. Resolución sanitaria. Alimentos y bebidas para consumo humano.**

| <b>Rotulado o etiquetado general</b>  |  |   | Resolución 5109 de 2005<br>Resolución 1506 de 2011<br>Resolución 333 de 2011 |
|---|--|---|--|
| Mayonesa  | Pastas   | Bebidas alcohólicas   |  |
| <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 779 de 2006</li> <li>• 3462 de 2008</li> <li>• 3544 de 2009</li> <li>• 4121 de 2011</li> <li>• 4217 de 2013</li> </ul> | <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 17882 de 1985</li> <li>• 129 de 2003</li> </ul> | <p><b>Resoluciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 982 de 1994</li> <li>• 1082 de 1994</li> </ul> <p style="text-align: center;">Decretos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1686 de 2012</li> <li>• 1506 de 2014</li> </ul> <p style="text-align: center;">Circular</p> <p style="text-align: center;">11 de 2017</p> |  |

**Fuente. Ministerio de Salud y Protección Social. Fecha de consulta: octubre de 2020.**



## 9. Ideas para informar, educar y comunicar

Un aspecto importante para lograr la implementación de medidas de protección y disminución del riesgo frente a la COVID-19 es informar, educar y comunicar, teniendo presente que:

**Informar:** es la acción de dar a conocer algo, por tanto, se da desde la fuente que emite la información sin que necesariamente se obtenga respuesta o se involucre quien la recibe. Se asocia con palabras como divulgar y difundir.

**Comunicar:** es la acción mediante la cual se pone en común algo; este puede estar relacionado con un sentimiento, un pensamiento, una propuesta, una decisión, una acción, una iniciativa, etc. Cabe destacar que aquí si se involucran quienes participan del acto comunicativo, por tanto, los acentos se hacen en la generación del diálogo, la interlocución y la participación colectiva.

**Educar:** es una acción que propicia el aprendizaje, por tanto, la persona-sujeto de dicha acción se transforma desde su pensar, sentir y hacer, pero, también quien orienta este aprendizaje se ve transformado de alguna manera. Se busca principalmente la toma de conciencia y la toma de decisiones para que se hagan realidad los aprendizajes por parte de las personas a quienes se dirige la acción educativa.

De manera independiente al **Entorno** laboral en el que nos encontremos, es necesario **Vincularnos** o realizar acciones de educación y comunicación y **Mantener** a las personas informadas de los aspectos más importantes asociados a la pandemia.

Al educar es necesario crear espacios de participación y diálogo que permitan conocer imaginarios, mitos y dudas respecto a la forma en que se previene la COVID-19. No se trata de un discurso

unilateral en donde les decimos a las personas que hacer, sino de una conversación en la que las experiencias e ideas de todas las personas son válidas y es posible llegar a acuerdos, para proteger la salud.

A continuación, **proponemos** algunas acciones que pueden ser incluidas en las actividades que se realicen en el entorno laboral para prevenir la COVID-19.

- La manera de empezar es **Capacitarnos y Capacitar** en aspectos relacionados con la forma de transmisión de la COVID-19 y las maneras de prevenirla, siguiendo los lineamientos expedidos por el Ministerio de Salud y Protección Social, que como mínimo debe contener:
  - Información general relacionada con los lugares de la empresa en los que puede haber riesgo de exposición.
  - Factores de riesgo del hogar y la comunidad.
  - Factores de riesgo individuales.
  - Signos y síntomas.
  - Importancia del reporte de condiciones de salud.
  - Protocolo de actuación frente a síntomas.
  - Protocolo de etiqueta respiratoria: **Cubrir** la nariz al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras **su uso, lavar inmediatamente las manos**, y abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.
- **Debemos tener** en un lugar visible información de los centros de atención médica más cercanos al establecimiento.

- **Divulgar** los protocolos de prevención de contagio de COVID-19 y de atención de casos sospechosos de contagio, en articulación con las Entidades Promotoras de Salud-EPS y con la asesoría y asistencia técnica de las Administradoras de Riesgos Laborales-ARL en el caso de pertenecer al sector formal o con el apoyo de las secretarías de salud municipales si somos parte del sector informal.
- **Divulgar** con trabajadores y propietarios de puestos móviles, de forma visible, legible, mensajes oportunos, claros y concisos, a través de redes sociales, carteleras, afiches o cualquier otro medio de difusión, sobre las medidas de prevención y atención.
- **Utilizar** medios de comunicación internos, mensajes por alto parlantes, redes sociales, aplicaciones digitales donde se recuerde el protocolo de lavado de manos, antes y después de iniciar su labor.
- **Sensibilizar** a los trabajadores sobre el cumplimiento de los protocolos de bioseguridad para la movilización, incluyendo el uso de tapabocas cuando se hace uso del sistema de transporte público, el lavado de manos y la etiqueta respiratoria. Así mismo, autocuidado, pausas activas para desinfección, distanciamiento social, no saludar o despedirse de abrazo, beso o de mano, cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente.
- **Capacitar** a los trabajadores y colaboradores, ejemplo las personas encargadas de seguridad, limpieza, suministros,


transporte y proveedores, en aspecto ya relacionados en el apartado que corresponde al ingresar al entorno laboral y elementos de protección personal.

- Reunir los equipos para **Capacitar y Recalcar la Importancia de Cumplir el Protocolo de Desinfección**, por su propia salud y las de sus hogares, así mismo sensibilizar en la importancia del reporte de condiciones de salud, monitorear y registrar a diario el estado de salud del o los empleados, garantizando las medidas de distanciamiento social.
- **Establecer** un protocolo de alerta y activarlo ante todo caso sospechoso o confirmado de COVID-19.

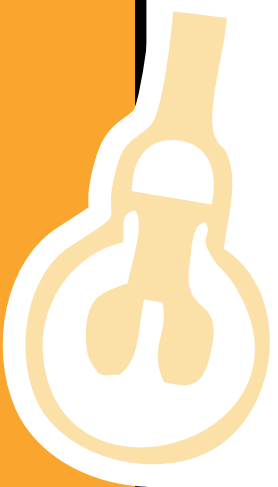
### **Una historia para sensibilizar**

A continuación, le proponemos una historia sobre cómo realizar la limpieza y desinfección de los establecimientos y espacios de trabajo. Es sencilla amena y permitirá que las personas a través de su personaje, se familiaricen con la importancia de este tema.






Salvita es la persona encargada de realizar la desinfección de mi sitio de trabajo; Salvita ha mostrado muchas dudas desde que la COVID-19 apareció, pero ella siempre ha sido muy responsable en sus 10 años de trabajo y siempre da lo mejor de sí; por eso, pidió ayuda para hacer las actividades que siempre hace, de manera segura y bloqueando la entrada de ese “bichito”, como ella se refiere al virus. Al ver la necesidad de Salvita, pero sobre todo de cuidarnos unos a otros; nos pusimos en la tarea de averiguar cuál es la forma correcta de hacerlo y con la idea del uno, la información del otro, la investigación de alguien más... Supimos que decirle a Salvita para que haga su trabajo de manera segura para ella y para todos.




Lo primero que hicimos, fue tranquilizarla y decirle que el trabajo que ella hace es muy importante para todos nosotros, ella se sonrojó y sonrió con esa risa despampanante que tiene y siempre nos contagia. Seguidamente le explicamos y entre todos aprendimos que limpieza no es lo mismo que desinfección y que mezclar productos no se debe hacer.




Camila nos dijo que la limpieza se hace retirando la suciedad de superficies, de objetos y demás elementos, el polvo y la suciedad y seguidamente la desinfección se podrá realizar; a lo cual Salvita a modo de ejemplo dijo que limpiar era retirar con paños limpios, agua y jabón, lo que en la mesa se acababa de regar; todos asentimos con la cabeza y la conversación decidimos continuar.


Pedro por su parte investigó lo que era desinfectar, pues la confusión se creó porque varios consideramos que era lo mismo que limpiar y así fue como Pedro, su definición nos dio:



“desinfectar es la acción de destruir los microorganismos de una superficie por medio de agentes químicos o físicos”. En ese momento, todos quedamos mudos porque pensamos que Pedro nos estaba hablando en chino; que era eso de agentes químicos? o físicos? o microorganismos?; hasta que Teresa rompió el silencio y dijo; ¡claro, para desinfectar el jabón y el límpido debemos mezclar!,



Pedro llevó sus manos a la cabeza y dijo: “Esta combinación no se debe realizar”, las operaciones de limpieza y desinfección, son dos operaciones distintas, pero complementarias; como lo dijeron anteriormente, la primera se hace con jabón y agua; la segunda se puede hacer con hipoclorito; el mismo que utilizamos en nuestros hogares; se deja por 5 a 10 minutos y luego se retira con un paño limpio y húmedo; de esta manera podemos limpiar y luego desinfectar, cocinas, baños y pisos también.



Salvita pensativa dijo -¡ahora, claro lo tengo!, pero con guantes lo debo hacer; porque si no el hipoclorito, las manos me puede lastimar; claro que sí, afirmó Pedro y si los guantes son de un solo uso, de inmediato se deben descartar; pero si son reutilizables, antes de quitarlos es necesario desinfectar y dejarlos en un lugar ventilado para que se puedan secar; todo esto es muy importante recordar, así como las cantidades que se deben utilizar y en cuanto agua se debe mezclar.

Pero mi cabeza... Ahora mi cabeza vueltas me da, agregó Salvita, con tanta información que debo recordar; tranquila, dijo Pedro, que en un cartel lo vamos a registrar. Para terminar, les quiero recalcar que antes y después de limpiar y desinfectar, las manos se deben lavar y leer las instrucciones y fechas de vencimiento de todos los productos que se van a utilizar.

Ustedes son muy amables con esta información que me dan, ahora es más claro todo lo que debo hacer, les pido por favor que capacitaciones frecuentes yo pueda tener; así seguir reforzando y nada se me vaya olvidando; ahora les pido un permiso porque el sanitario voy a lavar, esta tarea es de todos los días y no se me puede escapar; luego un baño me daré y la ropa cambiaré.

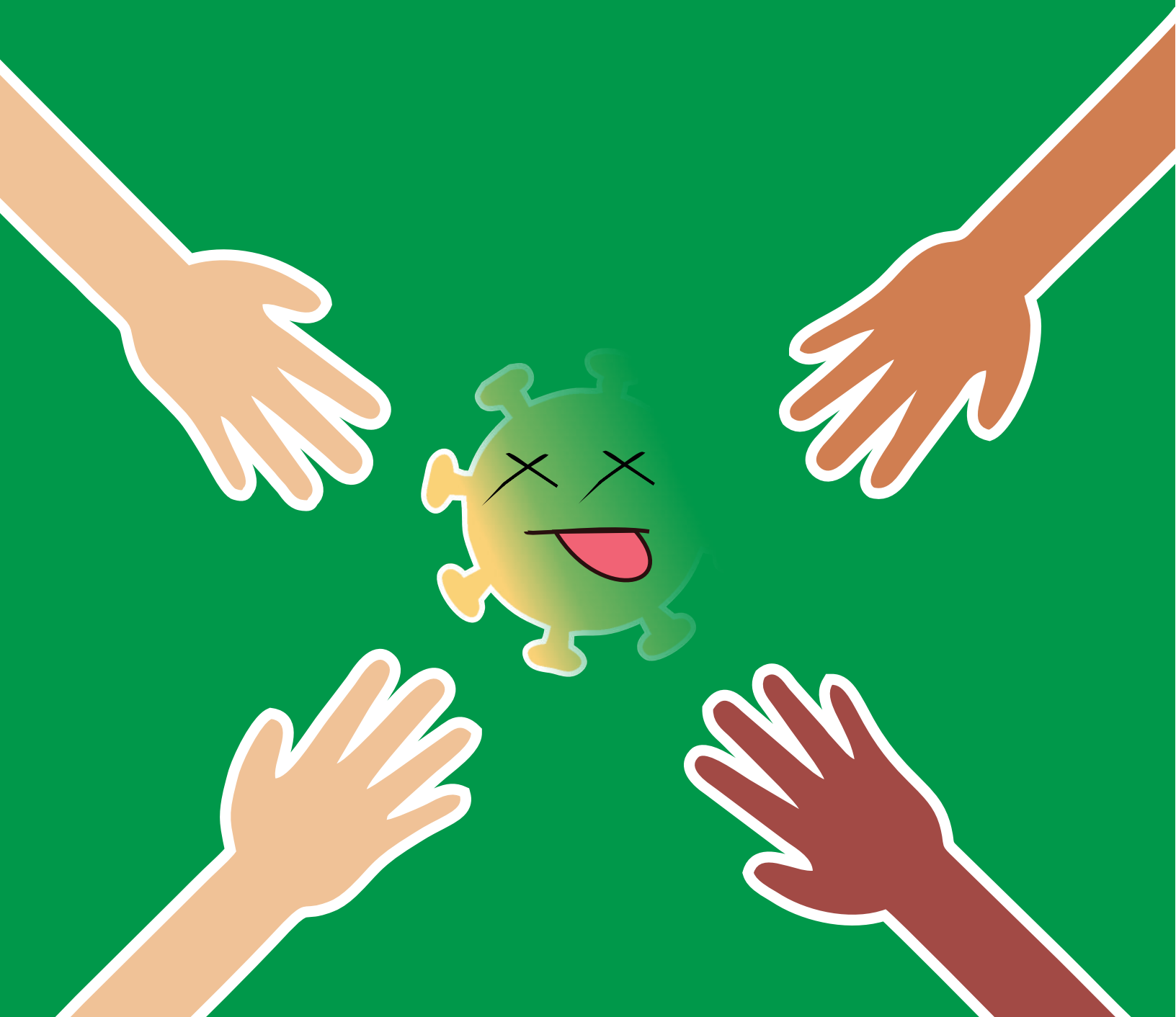


Pero antes de irme otra pregunta les tengo, para desinfectar objetos, superficies, computadores, máquinas y materiales de uso frecuente, ¿cómo lo debo hacer?; a lo que Rosa le contestó con alcohol al 70% lo puedes realizar, con hipoclorito no, porque se pueden oxidar y recuerda que todos estos elementos en un espacio seguro deben estar, en un lugar aireado, organizado y rotulados estarán.

De esta manera la jornada finalizó, todos aprendimos y un rato nos reímos, pero, sobre todo como equipo pudimos resumir, que con compromiso y las medidas cumpliendo entre todos nos vamos protegiendo. Esta fue la historia que hoy queríamos traer; ahora queremos escuchar la que usted nos quiera contar.



# Parte 4.



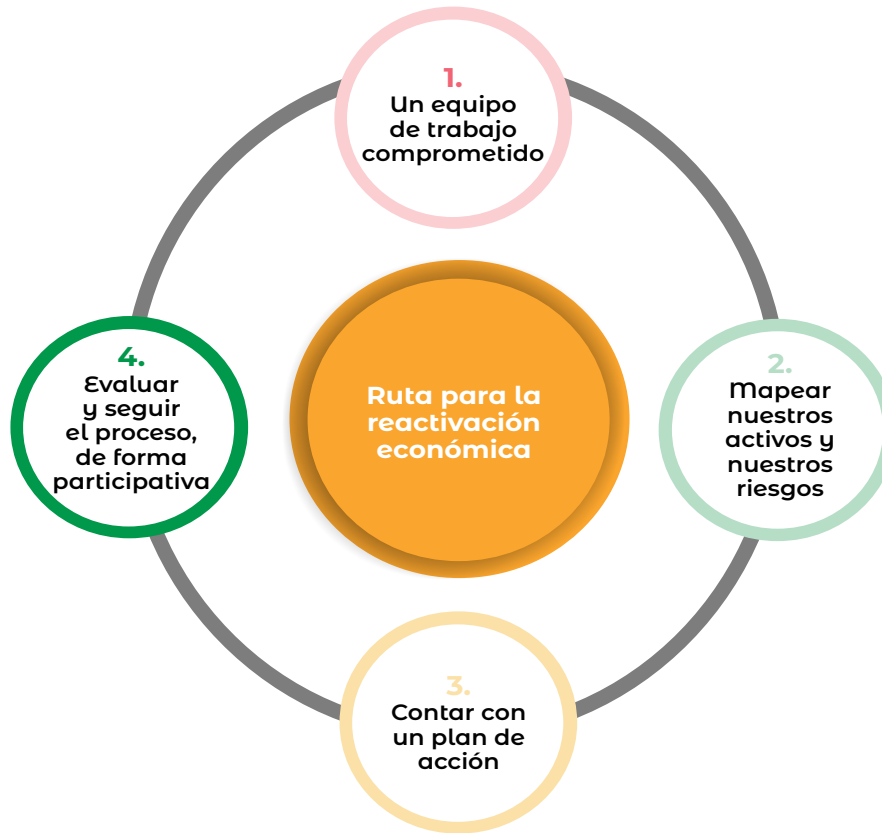
## **Alianzas y Trabajo intersectorial “El cuidado colectivo es la prioridad”**

Teniendo en cuenta la magnitud de la pandemia por COVID-19 y pensando en responder de forma más integrada, objetiva y que involucre la acción conjunta de varios sectores se plantea el desarrollo del trabajo intersectorial.

Durante los apartados anteriores, hemos ahondado en el desarrollo de acciones desde el entorno laboral, ahora exploraremos un poco el rol que cumplen las instituciones gubernamentales en el apoyo a los sectores laborales para la implementación de los lineamientos nacionales de bioseguridad en COVID-19.

La reactivación económica del municipio, es una responsabilidad colectiva en donde todas las personas y entidades aportan y se comprometen. El desarrollo municipal depende en gran medida del comportamiento de los sectores productivos, por tanto, es de vital importancia acompañar la reactivación económica y proponer acciones y estrategias que desde el municipio la faciliten.

Figura 12. Ruta para la articulación municipal con los sectores productivos.



Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.

**1. Un equipo de trabajo comprometido:** todos los municipios requieren un equipo de trabajo que crea en la importancia de una reactivación económica que sea segura para la salud de las personas y que además está dispuesto a trabajar de forma articulada y continua.

Las entidades gubernamentales municipales deben designar una persona o grupo de personas, cuya función sea la de **darle seguimiento al comportamiento de la pandemia dentro del municipio** y a las acciones que se realizan para disminuir los riesgos haciendo énfasis en los sectores laborales no formales,



teniendo en cuenta que estos o cuentan con ARL para recibir orientación y seguimiento a los riesgos y casos que puedan presentarse dentro de su entorno.

En este sentido, proponemos organizar un equipo que esté integrado por representantes del gobierno municipal, por representantes de los sectores productivos y de la sociedad civil, con el fin de sumar esfuerzos, capacidades e intereses.

Definir el equipo no solo implica identificar quiénes lo conforman, sino reconocer las capacidades y definir responsabilidades.

**Por ejemplo:** el representante del sector ganadero, será fundamental para socializar, apoyar el cumplimiento y hacer seguimiento a la implementación de las guías y lineamientos propios del sector; el sector educativo, será fundamental en los procesos de educación alrededor del autocuidado y la adopción de prácticas universales como el lavado de manos, el uso de tapabocas y el distanciamiento social; el sector salud es muy importante para el cumplimiento de las directrices en cuanto a la prevención y la mitigación de la COVID-19 y la sociedad civil será de la mayor importancia para este equipo municipal, pues de alguna manera cumple la función de veedora identificando en dónde se cumplen las prácticas universales y en donde es necesario mejorarlas; además, son las personas que circulan en forma permanente entre los diferentes entornos laborales, como clientes o beneficiarios, quienes nos pueden decir cómo mejorar para ofrecer entornos seguros y saludables.

En ese sentido le proponemos organizar su grupo de trabajo definiendo:

**Tabla 13. Organización equipo de trabajo municipal.**

| Entidad gubernamental o sector productivo | Nombre del representante | Datos de contacto (Celular y correo electrónico) |
|---|--------------------------|--|
|   |                          |  |
|   |                          |  |
|   |                          |  |
|   |                          |  |

**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

Posteriormente, es importante **definir encuentros periódicos**, estos pueden ser en los mismos espacios y tiempos en los que el municipio ha venido haciendo seguimiento a la dinámica de la pandemia. En este caso, además de la tendencia epidemiológica y las acciones que realizan en salud, se pueden incluir aquellas que se realizan desde los sectores productivos para disminuir los riesgos.

**2. Mapear nuestros activos y nuestros riesgos:** lo primero a realizar, es la identificación de los sectores productivos existentes en el municipio, esto es, los que están formalmente constituidos y los que funcionan de manera informal.

Una vez se tengan identificados los sectores, **es necesario reconocer los activos**, los cuales corresponden a las acciones que ya se han realizado para prevenir el riesgo de contagio, que se han sostenido en el tiempo y que están dando buenos resultados.

Así mismo, vamos a identificar los riesgos. En el apartado 2 se encuentra una matriz del riesgo, que los sectores productivos han de diligenciar, identificando los riesgos, según la exposición: directa, indirecta o intermedia. Es importante que desde el nivel municipal se incentive su diligenciamiento, dado que a partir de esta matriz el municipio podrá identificar los riesgos más comunes de los sectores y aportar a su disminución. Para lo anterior proponemos el siguiente esquema que al ser diligenciado nos permite disponer de esta información de forma práctica y sencilla.

**Tabla 14. Activos y riesgos en el municipio.**

| Sector productivo                                   | Activos   | Riesgos   |
|---|---|---|
| Ej: Sector agrícola: productores de mora y durazno. | Las personas que trabajan en este sector, siguen las prácticas universales de lavado de manos, uso de tapabocas y distanciamiento social. | Las herramientas de trabajo se rotan entre las personas que asisten a las fincas sin ser desinfectadas previamente. |
|   |   |   |
|   |   |   |

**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

**3. Contar con un plan de acción:** lo primero a realizar, es la identificación de los sectores productivos existentes en el municipio, esto es, los que están formalmente constituidos y los que funcionan de manera informal.

Una vez se han identificado los riesgos en los sectores productivos, es necesario definir un plan que le permita al municipio apoyar la superación de dichos riesgos. Para ello proponemos un plan de

acción desde un enfoque de promoción de la salud, que permita acciones integrales, con participación de distintos sectores y privilegiando la participación de la comunidad. Este plan se puede organizar a partir de los siguientes ejes estratégicos de la siguiente manera:

- **Políticas saludables:** son normas orientadas a mejorar la salud de las personas en los territorios y pueden ser promulgadas por diferentes sectores. Para que sean realidad deben darse a conocer y hacerles seguimiento para su cumplimiento. El plan de acción puede incluir la definición de una política municipal, por ejemplo: de reactivación económica saludable, en donde se compromete a que todos los sectores productivos deben cumplir las guías y lineamientos para reducir los riesgos. También pueden incluir en su plan de acción el apoyo a los sectores productivos para que formulen su propia política: por ejemplo: las mujeres tejedoras crean una política en su asociación en donde dicen que: solamente quienes cumplan con las normas universales de lavado de manos, uso de tapabocas y distanciamiento social, podrán acceder a su negocio para comprar o vender productos derivados de la lana.
- **El desarrollo de aptitudes personales:** hace referencia a todas las acciones de educación y comunicación con enfoque integral, que se orientan a fortalecer los conocimientos y la adopción de prácticas y comportamientos claves.

Las entidades territoriales serán las encargadas de velar por el cumplimiento de los protocolos de bioseguridad frente a la COVID-19 y su implementación de lineamientos en el entorno laboral. Por lo cual promoverán el fortalecimiento de capacidades de sus equipos intersectoriales, así como servirán de canal para promover iniciativas departamentales de educación y comunicación.

- **La creación de ambientes que propicien la salud y el bienestar, está orientada a construir escenarios en donde se vivencien otras formas de ver y vivir la salud.** En este caso es importante facilitar que las prácticas y comportamientos claves se lleven a cabo.

**Un ejemplo de la creación de ambientes propicios para que la población lleve a cabo las prácticas y comportamientos claves puede ser:** *replicar y promocionar la producción local, el desarrollo productivo local de productos e insumos elaborados dentro del mismo municipio para la prevención y mitigación del COVID-19 (por ejemplo: Tapabocas de tela elaborados por asociaciones, jabón líquido casero, etc.), que le permita a la población tener acceso a estos productos o elementos, evitando traslados entre municipios, demoras que puedan terminar en un aumento de casos por el no cumplimiento de las prácticas universales.*

*Otro ejemplo puede ser: la ubicación estratégica de gel desinfectante en los espacios públicos o de dispensadores de tapabocas con o sin costo.*

- **La participación social y comunitaria, está encaminada a vincular a las personas y a los grupos sociales y comunitarios en el desarrollo de acciones que favorezcan la salud.** Una acción que se puede incluir en el plan es por ejemplo: *la organización de grupos comunitarios veedores del cumplimiento de las prácticas y comportamientos universales.* También se podría incluir en el plan: *la conformación de un grupo de personas voluntarias que difundan las prácticas y comportamientos universales.*
- **La reorientación de los servicios de salud y bienestar, garantiza que los servicios que se ofrezcan realmente respondan a las necesidades de la población.** Ello implica que el plan municipal incluya las acciones del sector salud orientadas a:
  - *Dar seguimiento, también se requiere el apoyo a través del establecimiento de estrategias de búsqueda activa de casos sospechosos de COVID-19, así como la aplicación de pruebas diagnósticas, rastreo de contactos y las orientaciones necesarias que estas pruebas deriven. Esto se hace posible entablando alianzas con las Entidades prestadoras de servicios de salud y sus veces en los municipios (ESE-Hospital, Centros de salud).*
  - *Establecer canales de comunicación efectivos y directos con el sector laboral formal y no formal, para lo cual se propone determinar líneas de atención (telefónica, correo electrónico, atención por mensajes de texto) exclusivas para canalizar información propia de la COVID-19.*

- *Por otra parte, para los casos en los que los trabajadores no cuenten con vinculación al sistema de salud, la entidad territorial hará promoción del aseguramiento de dichas personas a través del régimen subsidiado, derivándolos también como beneficiarios de programas especiales que les permita mantener el aislamiento, evitando que éste se incumpla por causas económicas y alimentarias.*

**4. Evaluar y seguir el proceso, de forma participativa:** Cada municipio puede proponer una forma de evaluación que sea eficaz y realista frente a las acciones que se propusieron para la reactivación económica segura, también pueden hacer seguimiento al cumplimiento de acciones con las cuales se comprometieron los sectores productivos. En el mismo plan de acción se propone una forma de hacer seguimiento que permita identificar qué se ha cumplido, qué está pendiente, como se muestra en el siguiente ejemplo. El formato se encuentra al final del documento, en el **anexo 4**.

**Tabla 15. Plan de acción municipal.**

| Municipio:                        |                     |              |    |                    |
|-----------------------------------|---------------------|--------------|----|--------------------|
| Fecha de realización del plan:    |                     |              |    |                    |
| Actividad a realizar              | Cuándo se ejecutará | Cumplimiento |    | Acciones de mejora |
|                                   |                     | Si           | No |                    |
| Organizar el equipo de trabajo    | Nov-2020            | X            |    |                    |
| Identificar sectores productivos  | Nov-2020            | X            |    |                    |
| Definir los activos y los riesgos | Nov-2020            |              |    |                    |

**Tabla 15. Plan de acción municipal.**

| Municipio:   |  |                     |              |    |                    |
|--|--|---------------------|--------------|----|--------------------|
| Fecha de realización del plan:   |  |                     |              |    |                    |
| Actividad a realizar   |  | Cuándo se ejecutará | Cumplimiento |    | Acciones de mejora |
|  |  |                     | Si           | No |                    |
| Diseñar y poner en marcha una política de reactivación económica saludable |  |                     |              |    |                    |
| Realización de acciones de educación y comunicación                        | Taller de lavado de manos dirigido a agricultores                                |                     |              |    |                    |
|  | Taller sobre normas de fabricación de tapabocas para profesionales de modistería |                     |              |    |                    |
| Creación de ambientes propicios para la salud                              | Producción local de tapabocas  |                     |              |    |                    |
|  | Ubicación de dispensadores de tapabocas  |                     |              |    |                    |
|  | Ubicación de zonas de desinfección en el municipio                               |                     |              |    |                    |
| Facilitar la participación de la comunidad                                 | Organizar un grupo de voluntariado que difunda las prácticas universales         |                     |              |    |                    |
|  | Organizar un grupo de veeduría del cumplimiento de las guías y lineamientos      |                     |              |    |                    |



**Tabla 15. Plan de acción municipal.**

| Municipio:                          |  |                     |              |    |                    |
|-------------------------------------|--|---------------------|--------------|----|--------------------|
| Fecha de realización del plan:      |  |                     |              |    |                    |
| Actividad a realizar                |  | Cuándo se ejecutará | Cumplimiento |    | Acciones de mejora |
|                                     |  |                     | Si           | No |                    |
| Reorientación de servicios de salud | Socialización de líneas de atención              |                     |              |    |                    |
|                                     | Búsqueda activa de casos sospechosos de COVID-19 |                     |              |    |                    |
|                                     | Seguimiento a casos confirmados                  |                     |              |    |                    |
| Seguimiento y evaluación            | Revisión del cumplimiento del plan de acción     |                     |              |    |                    |
|                                     | Acompañamiento a sectores productivos            |                     |              |    |                    |

**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa –UIS, 2020.**

Finalmente, se propone para hacer posible lo anterior, se haga uso de dos herramientas que pueden facilitar la gestión intersectorial, estas son:

- **La abogacía** (proceso a través del cual se está convencido en este caso, que las medidas de bioseguridad frente a la COVID-19 funcionan, garantizando el derecho a la salud y el trabajo digno), con el objetivo de incidir y que las acciones tengan privilegio en la política pública, así como en la agenda de intervención, la designación de recursos financieros y humanos, no solo del sector salud sino de otros

sectores vinculados directamente como el productivo, planeación, desarrollo social, entre otros.

- **El posicionamiento comunitario** en procesos de acompañamiento, seguimiento y corresponsabilidad de las acciones derivadas para enfrentar la pandemia; esto permitirá darle seguimiento a las acciones de prevención y mitigación del riesgo, hacer un proceso de evaluación de la efectividad de las medidas tomadas, así como un plan de mejora permanente, favoreciendo la reapertura económica pero garantizando la salud de los trabajadores.

# Glosario

Los siguientes términos son importantes porque en la medida que nos familiarizamos con ellos, podemos comprender mejor, aspectos relacionados con la pandemia y las formas de prevenir los riesgos. Algunos están contenidos en la Resolución 666 de 2020 emitida por el Ministerio de Salud y Protección Social y otras fueron consultadas en bases de términos científicos por considerar necesaria su aclaración.

Les invitamos a revisarlo.

## COVID-19

Es una nueva enfermedad, causada por un nuevo coronavirus que no se había visto antes en seres humanos. El nombre de la enfermedad se escogió siguiendo las mejores prácticas establecidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para asignar nombres a nuevas enfermedades infecciosas en seres humanos.

## Asepsia

Ausencia de microorganismos que pueden causar enfermedad. Este concepto incluye la preparación del equipo, la instrumentación y el cambio de operaciones mediante los mecanismos de esterilización y desinfección.

## Aislamiento

Separación de una persona o grupo de personas que se sabe o se cree que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa, de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación de COVID-19. El aislamiento para fines de salud pública puede ser voluntario u obligado por orden de la autoridad sanitaria.

## Aislamiento respiratorio

Se aplica cuando se prevé la presencia de gotas de origen respiratorio con bajo rango de difusión (hasta 1 metro).

## **Aislamiento por gotas**

Se refiere a las medidas para controlar las infecciones por virus respiratorios y otros agentes transmitidos por gotas (> 5 micras) impulsadas a corta distancia a través del aire y que pueden ingresar a través de los ojos, la mucosa nasal, la boca o la piel no intacta de la persona que está en contacto con el paciente.

## **Bioseguridad**

Conjunto de medidas preventivas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo biológico que pueda llegar a afectar la salud, el medio ambiente o la vida de las personas, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de los trabajadores.

## **Aislamiento por contacto**

Medidas para controlar el contacto directo cuando se produce en el traspaso de sangre o fluidos corporales desde un paciente hacia otro individuo susceptible. El contacto puede hacerse en piel, mucosas o lesiones; así mismo por inóculos directos a torrente sanguíneo y el indirecto: se produce cuando el huésped susceptible entra en contacto con el microorganismo infectante a través de un intermediario inanimado (ropas, fómites, superficies de la habitación) o animado (personal de salud, otro paciente) que estuvo inicialmente en contacto con ese microorganismo. En este caso se utiliza bata desechable anti fluidos o traje de polietileno, este último para alto riesgo biológico.

## **Contacto estrecho**

Es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.

## Comorbilidad

Según la Organización mundial de la Salud (OMS), la comorbilidad es la ocurrencia simultánea de dos o más enfermedades en una misma persona. Ej. Hipertensión arterial y diabetes.

## Desinfección

Destrucción de microorganismos de una superficie por medio de agentes químicos o físicos.

## Desinfectante

Germicida que inactiva prácticamente todos los microorganismos patógenos reconocidos, pero no necesariamente todas las formas de vida microbiana, ejemplo esporas.

## Cohorte de pacientes

Agrupación de los pacientes que están colonizados o infectados con un mismo microorganismo, para limitar su atención a un área única y evitar el contacto con otros pacientes. Las cohortes se crean de acuerdo con la confirmación diagnóstica (clínica o microbiológica), criterios epidemiológicos y el modo de transmisión del agente infeccioso. Se prefiere evitar colocar pacientes severamente inmunodeprimidos en habitaciones con otros pacientes. Los estudios de modelado matemático soportan la fuerza de las cohortes en el control de brotes.

## Hipoclorito

Desinfectante que se encuentra entre los más comúnmente utilizados. Tiene efecto rápido sobre una gran variedad de microorganismos. Son los más apropiados para la desinfección general. Corroe metales y produce efectos decolorantes, es necesario enjuagar lo antes posible las superficies desinfectadas con dicho producto.

## Mascarilla Quirúrgica

Elemento de protección personal para la vía respiratoria que ayuda a bloquear las gotitas más grandes de partículas, derrames, aerosoles o salpicaduras, que podrían contener microbios, virus y bacterias, para que no lleguen a la nariz o la boca.

## Material Contaminado

Aquel que ha estado en contacto con microorganismos o es sospechoso de estar contaminado.

## Prestadores de servicios de salud

Hace referencia a las instituciones prestadoras de servicios de salud – IPS, profesionales independientes de salud, transporte asistencial de pacientes y entidades de objeto social diferente que prestan servicios de salud.

## Residuo Biosanitario

Todos aquellos elementos o instrumentos utilizados durante la ejecución de un procedimiento que tiene contacto con materia orgánica, sangre o fluidos corporales del usuario.

---

## SARS

Síndrome respiratorio agudo severo, por sus siglas en inglés (Severe acute respiratory syndrome).

## Residuos Peligrosos

Cualquier objeto, material, sustancia, elemento o producto que se encuentra en estado sólido o semisólido, o es un líquido o gas contenido en recipientes o depósitos, cuyo generador descarta, rechaza o entrega, porque sus propiedades no permiten usarlo nuevamente en la actividad que lo generó o porque la legislación o la normatividad vigente así lo estipula.

# Glosario

## **SARS-CoV-2**

Versión acortada del nombre del nuevo coronavirus “Coronavirus 2 del Síndrome Respiratorio Agudo Grave” (identificado por primera vez en Wuhan, China) asignado por El Comité Internacional de Taxonomía de Virus, encargado de asignar nombres a los nuevos virus.

**Tiempo creativo.** Le invitamos a seleccionar 3 términos que antes le eran desconocidos y realizar con ellos, una copla, verso o canción muy creativa, que nos ayude a recordarlos:

# Anexos



## Anexo 1

## Formato de análisis de riesgos en entornos laborales

| Sector económico<br>(¿a qué se dedica?) | ¿Número de personas que laboran allí? | Exposición directa   | Exposición Indirecta   | Exposición Intermedia  |
|---|---------------------------------------|--|--|--|
|   |                                       | ¿En su entorno laboral se ofrecen servicios de atención en salud o tiene contacto con personas enfermas? | ¿Existe venta de productos o existe contacto con personas fuera del entorno laboral? | ¿El espacio físico en su entorno laboral, hace que usted y/o las personas que allí se encuentran deban tener contacto estrecho (menor a 2 metros por más de 15 minutos)? |
|   |                                       |  |  |  |

Fuente. Elaboración propia. Proinapsa-UIS, 2020.

## Anexo 2

## Lista de chequeo de cumplimiento de las medidas de limpieza y desinfección

| Preguntas orientadoras sobre limpieza y desinfección   | Cumplimiento |    | Propuestas de mejora |
|--|--------------|----|----------------------|
|  | Si           | No |                      |
| <b>Condiciones locativas</b>   |              |    |                      |
| ¿Las paredes, pisos, puertas, ventanas y divisiones se encuentran limpias y se realiza mantenimiento para garantizar las condiciones higiénicas y sanitarias?  |              |    |                      |
| ¿Mobiliario como sillas, escritorios, maquinaria, herramientas de trabajo y equipos en general se encuentran limpias y se realiza mantenimiento para garantizar las condiciones higiénicas y sanitarias? |              |    |                      |
| <b>Condiciones de saneamiento</b>  |              |    |                      |
| ¿Cuenta con un programa de limpieza y desinfección con procedimientos escritos?  |              |    |                      |
| ¿Se realiza limpieza y desinfección antes de iniciar jornada y finalizando ésta?   |              |    |                      |
| ¿Utiliza productos de limpieza y desinfección y dispone de las fichas técnicas?  |              |    |                      |

## Anexo 2

## Lista de chequeo de cumplimiento de las medidas de limpieza y desinfección

| Preguntas orientadoras sobre limpieza y desinfección  | Cumplimiento |    | Propuestas de mejora |
|---|--------------|----|----------------------|
|   | Si           | No |                      |
| <b>Condiciones locativas</b>  |              |    |                      |
| <b>Condiciones de saneamiento</b>   |              |    |                      |
| ¿Las instalaciones se presentan libres de presencia de roedores o insectos?   |              |    |                      |
| ¿Dispone de elementos requeridos para las actividades de limpieza y desinfección?   |              |    |                      |
| <b>Personal de limpieza</b>   |              |    |                      |
| ¿El personal encargado de la limpieza y desinfección utiliza los elementos de protección personal (monogafas, guantes, delantal y tapabocas)? |              |    |                      |

### Anexo 3

#### Plan de acción sectores productivos

Para presentar el plan de acción tenga en cuenta los siguientes aspectos:

**Casilla 1.** Diligencie los datos generales de municipio, sector productivo al que pertenece y nombre de quien lo diligencia. Coloque también la fecha en que realiza el plan de acción, lo cual es muy importante para hacer seguimiento.

**Casilla 2.** En esta casilla encuentra los requisitos mínimos de bioseguridad que debe llevar a cabo en su sector productivo, no es necesario modificarla.

**Casilla 3.** **Cómo lo hará:** hace referencia a las tareas que llevará a cabo para cumplir cada una de las actividades previstas.

**Casilla 4.** En esta casilla se registran las fechas en la que planea realizar cada una de las tareas.

**Casilla 5.** Este espacio no se diligencia inicialmente. Está orientado a que en un periodo de tres meses cada sector pueda ir verificando el cumplimiento de las tareas que se propuso. En caso que no se hayan logrado es posible proponer acciones de mejora.

### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____  |                 |                        |              | 5- Seguimiento al plan<br>Fecha _____ |                    |
|--|-----------------|------------------------|--------------|---------------------------------------|--------------------|
| 2. Actividad a realizar  | 3. Cómo lo hará | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento |                                       | Acciones de mejora |
|  |                 |                        | Si           | No                                    |                    |
| Organizar el equipo de trabajo   |                 |                        |              |                                       |                    |
| Consolidar información completa y actualizada de los trabajadores y demás personal que preste los servicios en el lugar de trabajo |                 |                        |              |                                       |                    |
| Designar a una persona que sirva de enlace con ARL, EPS y/o secretaría de salud  |                 |                        |              |                                       |                    |
| Identificar el riesgo del entorno laboral  |                 |                        |              |                                       |                    |
| Disponer los espacios en el lugar de trabajo para el lavado de manos   |                 |                        |              |                                       |                    |
| Suministrar los insumos para llevar a cabo el lavado de manos  |                 |                        |              |                                       |                    |

### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

|   |   |                 |                        |  |    |                    |
|---|---|-----------------|------------------------|--|----|--------------------|
| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____ |   |                 |                        | <b>5- Seguimiento al plan</b><br>Fecha _____ |    |                    |
| Poner en marcha las cuatro (4) prácticas y comportamientos universales.   | 2. Actividad a realizar   | 3. Cómo lo hará | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento                                 |    | Acciones de mejora |
|   |   |                 |                        | Si   | No |                    |
|   | Establecer pausas activas rutinas y turnos para el lavado de manos                            |                 |                        |  |    |                    |
|   | Socializar la práctica de lavado de manos entre las personas vinculadas a la labor productiva |                 |                        |  |    |                    |
|   | Hacer seguimiento al uso de tapabocas para el ingreso al lugar de trabajo                     |                 |                        |  |    |                    |
| Suministrar con costo o sin costo tapabocas para el lugar de trabajo  |   |                 |                        |  |    |                    |

### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

|   |  |                 |                        |  |  |                    |  |
|---|--|-----------------|------------------------|--|--|--------------------|--|
| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____ |  |                 |                        | <b>5- Seguimiento al plan</b><br>Fecha _____ |  |                    |  |
| Poner en marcha las cuatro (4) prácticas y comportamientos universales.   | 2. Actividad a realizar  | 3. Cómo lo hará | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento                                 |  | Acciones de mejora |  |
|   | Si   | No              |                        |  |  |                    |  |
|   | Organizar el espacio en el lugar de trabajo de manera que se cumpla con el distanciamiento establecido |                 |                        |  |  |                    |  |
|   | Informar a clientes en lugares visibles las normas de distanciamiento físico                           |                 |                        |  |  |                    |  |
|   | Establecer una zona de hidratación segura  |                 |                        |  |  |                    |  |
|   | Promover el consumo de frutas y verduras   |                 |                        |  |  |                    |  |
| Establecer rutinas de pausas activas y ejercicio dentro del lugar de trabajo  |  |                 |                        |  |  |                    |  |

### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____ |   |                 |                        | <b>5- Seguimiento al plan</b><br>Fecha _____ |    |                    |
|---|---|-----------------|------------------------|--|----|--------------------|
|   | 2. Actividad a realizar   | 3. Cómo lo hará | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento                                 |    | Acciones de mejora |
|   |   |                 |                        | Si   | No |                    |
| Adoptar medidas en el lugar de trabajo.   | Organizar el espacio físico de acuerdo a las normas de entradas y salidas, distanciamiento, aforo, ubicación de ropa de trabajo entre otros |                 |                        |  |    |                    |
|   | Establecer rutinas de limpieza del espacio físico   |                 |                        |  |    |                    |
|   | Establecer horarios para el cuidado y mantenimiento de herramientas de trabajo y elementos de dotación                                      |                 |                        |  |    |                    |



### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____ |  |                 |                        | <b>5- Seguimiento al plan</b><br>Fecha _____ |    |                    |
|---|--|-----------------|------------------------|--|----|--------------------|
|   | 2. Actividad a realizar  | 3. Cómo lo hará | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento                                 |    | Acciones de mejora |
|   |  |                 |                        | Si   | No |                    |
|   | Dar a conocer pautas de manipulación segura de insumos y productos   |                 |                        |  |    |                    |
| Fortalecer el capital humano.   | Realizar actividades educativas para el fomento de una salida segura de casa   |                 |                        |  |    |                    |
|   | Vigilar el cumplimiento del procedimiento de limpieza y desinfección de vehículos utilizados para llegar al lugar de trabajo |                 |                        |  |    |                    |
|   | Señalizar las zonas de ingreso y salida  |                 |                        |  |    |                    |

### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____ |  |                        |              | 5- Seguimiento al plan<br>Fecha _____ |                    |  |
|---|--|------------------------|--------------|---------------------------------------|--------------------|--|
| 2. Actividad a realizar   | 3. Cómo lo hará  | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento |                                       | Acciones de mejora |  |
|   |  |                        | Si           | No                                    |                    |  |
| Fortalecer el capital humano.   | Destinar una zona para cambio de ropa de calle a ropa de trabajo, así como bolsas y casilleros para guardar la ropa de calle |                        |              |                                       |                    |  |
|   | Establecer turnos u horarios flexibles de alimentación y descanso para evitar aglomeraciones                                 |                        |              |                                       |                    |  |
|   | Definir protocolos de interacción con proveedores, clientes y personal externo a la empresa o entorno laboral                |                        |              |                                       |                    |  |

### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____ |   |                 |                        | 5- Seguimiento al plan<br>Fecha _____ |    |                    |
|---|---|-----------------|------------------------|---------------------------------------|----|--------------------|
|   | 2. Actividad a realizar   | 3. Cómo lo hará | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento                          |    | Acciones de mejora |
|   |   |                 |                        | Si                                    | No |                    |
| Fortalecer el capital humano.   | Establecer un protocolo de alerta y activarlo ante todo caso sospechoso o confirmado de COVID-19        |                 |                        |                                       |    |                    |
|   | Fomentar la salida del trabajo y regreso a casa seguro siguiendo las normas de seguridad                |                 |                        |                                       |    |                    |
| Informar, educar y comunicar.   | Tener en un lugar visible información de los centros de atención médica más cercanos al establecimiento |                 |                        |                                       |    |                    |
|   | Divulgar los protocolos de prevención de contagio de COVID-19   |                 |                        |                                       |    |                    |

### Anexo 3

## Plan de acción sectores productivos

| 1. Municipio: _____ Sector productivo: _____<br>Fecha de realización del plan: _____<br>Nombre de quien diligencia el plan: _____ |  |                 |                        | 5- Seguimiento al plan<br>Fecha _____ |    |                    |
|---|--|-----------------|------------------------|---------------------------------------|----|--------------------|
|   | 2. Actividad a realizar  | 3. Cómo lo hará | 4. Cuándo se ejecutará | Cumplimiento                          |    | Acciones de mejora |
|   |  |                 |                        | Si                                    | No |                    |
| Informar, educar y comunicar.   | Utilizar medios de comunicación internos, donde se recuerde el protocolo de lavado de manos, antes y después de iniciar su labor |                 |                        |                                       |    |                    |
| Informar, educar y comunicar.   | Capacitar a los trabajadores y colaboradores en la importancia de cumplir el protocolo de desinfección                           |                 |                        |                                       |    |                    |
| Seguimiento y evaluación.   | Revisión del cumplimiento del plan de acción   |                 |                        |                                       |    |                    |

## Anexo 4

### Plan de acción municipal

| Plan de acción municipal para la reactivación económica segura             |                     |              |    |                    |
|--|---------------------|--------------|----|--------------------|
| Municipio _____  |                     |              |    |                    |
| Fecha de realización del plan: _____                                       |                     |              |    |                    |
| Actividad a realizar   | Cuándo se ejecutará | Cumplimiento |    | Acciones de mejora |
|  |                     | Si           | No |                    |
| Organizar el equipo de trabajo   | Nov/2020            | X            |    |                    |
| Identificar sectores productivos   | Nov/2020            | X            |    |                    |
| Definir los activos y los riesgos  | Nov/2020            |              |    |                    |
| Diseñar y poner en marcha una política de reactivación económica saludable |                     |              |    |                    |
| Realización de acciones de educación y comunicación                        |                     |              |    |                    |
| Creación de ambientes propicios para la salud                              |                     |              |    |                    |
| Facilitar la participación de la comunidad                                 |                     |              |    |                    |
| Reorientación de servicios de salud  |                     |              |    |                    |
| Seguimiento y evaluación   |                     |              |    |                    |

**Fuente. Elaboración propia. Proinapsa-UIS, 2020.**

- 1.** Organización Mundial de la Salud - OMS. (2020). COVID-19: Cronología de la actuación de la OMS. Recuperado el 30 de octubre de 2020 de: <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19>
- 2.** Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO. (2020). Tomadores de decisiones frente a la pandemia. Serie reflexiones alimentación y lucha contra el hambre: COVID-19. Recuperado el 30 de octubre de 2020 de: <https://nacionesunidas.org.co/PublicacionesFAO/Recomendaciones%20FAO%20covid19/Tomadores%20de%20decisiones%20frente%20a%20la%20pandemia.pdf>
- 3.** Saldías, C. (2020). Cómo gobernar el territorio en la pandemia. Recuperado el 30 de octubre de 2020, de: <https://razonpublica.com/gobernar-territorio-la-pandemia/>
- 4.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 0666 del 24 de abril de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 de <https://id.presidencia.gov.co/Documents/200424-Resolucion-666-MinSalud.pdf>

5. Amengual M., Calafat M., Carot, A., Rosa A., Río C., Rovira, J., & Ventura, C. (2020). Determinantes sociales de la incidencia de la COVID-19 en Barcelona: un estudio ecológico preliminar usando datos públicos. *Rev Esp Salud Pública*. 2020 Sep. 16; 94: e202009101.
6. Abrams, E. M., & Szeftler, S. J. (2020). COVID-19 and the impact of social determinants of health. *The Lancet Respiratory Medicine*. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 de: [https://www.thelancet.com/journals/lanres/article/PIIS2213-2600\(20\)30234-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanres/article/PIIS2213-2600(20)30234-4/fulltext)
7. Takian, A., Mehdi Kiani, M. & Khanjankhani, K. (2020). COVID-19 and the need to prioritize health equity and social determinants of health. *International Journal of Public Health*, 65, 521-523. DOI: 10.1007/s00038-020-01398-z
8. Stojkoski, V., Utkovski, Z., Jolakoski, P., Tevdovski, D., & Kocarev, L. (2020). The socio-economic determinants of the coronavirus disease (COVID-19) pandemic. *arXiv preprint arXiv:2004.07947*.
9. García, F., Moreno, J., Pinto, J., & Gómez, A. (2020). “El derecho a la salud en tiempos de pandemia en Colombia: entre la inequidad endémica y el estado de emergencia.” *Revista Colombiana de Bioética* 15, no. 1: e3079.
10. García, J., García, A., Priego, O., & Martínez, Lenin. (2017). Salud desde una perspectiva económica. Importancia de la salud para el crecimiento económico, bienestar social y desarrollo humano. *Salud en Tabasco*, 23(1-2), 44-47. Recuperado el 20 de noviembre de 2020 en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=487/48754566007>

- 11.** CEPAL, N. (2020). América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales. Recuperado el 20 de noviembre de 2020 en:  
[https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45337/S2000264\\_es.pdf?sequence=6&isAllowed=y](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45337/S2000264_es.pdf?sequence=6&isAllowed=y)
- 12.** Rodríguez, E., (2020). Colombia impacto económico, social y político de la COVID-19. Fundación Carolina; 2020. ISSN: 2695-4362. Recuperado el 20 de noviembre de 2020 de:  
<https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2020/04/AC-24.-2020.pdf>
- 13.** Bonet J., Ricciulli, D., Pérez, G., Galvis, L., Haddad, A., & Araújo, I. (2020). Impacto económico regional del Covid-19 en Colombia: un análisis insumo-producto. Documento de Trabajo sobre Economía Regional y Urbana; No. 288. Recuperado el 20 de noviembre de 2020 de <https://repositorio.banrep.gov.co/handle/20.500.12134/9843>
- 14.** Peraza de Aparicio, X. (2020). Salud laboral frente a la pandemia del COVID-19 en Ecuador. MediSur, 18(3), 507-511. Epub 02 - 06-2020. Recuperado en 20 de noviembre de 2020, de:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2020000300507&lng=es&tlng=es.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2020000300507&lng=es&tlng=es)
- 15.** Cadena, A., Child F., Craven M., Ferrari, F., Fine, D., Franco, J., y Wilson M. (2020). Cómo reiniciar las economías nacionales durante la crisis del coronavirus. Recuperado en 20 de noviembre de 2020, de:  
[https://imgcdn.larepublica.co/cms/2020/04/17131208/McK\\_ComoReiniciarEconomias\\_ES-1-1.pdf](https://imgcdn.larepublica.co/cms/2020/04/17131208/McK_ComoReiniciarEconomias_ES-1-1.pdf)



- 16.** Organización Mundial de la Salud. (2009). Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud. Subsanan las desigualdades en una generación: Alcanzar la equidad sanitaria actuando sobre los determinantes sociales de la salud. Ginebra: OMS. Recuperado el 5 de octubre de 2020 en: [https://www.who.int/social\\_determinants/thecommission/finalreport/es/](https://www.who.int/social_determinants/thecommission/finalreport/es/)
- 17.** CEPAL, OPS. (2020). Salud y economía: una convergencia necesaria para enfrentar el COVID-19 y retomar la senda hacia el desarrollo sostenible en América Latina y el Caribe. Informe CEPAL-OPS. Recuperado el 5 de octubre de 2020 en: <https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45840/S2000462.es.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- 18.** Van den Broucke, S. (2020). Why health promotion matters to the COVID-19 pandemic, and vice versa, Health Promotion International, Volume 35, Issue 2, Pages 181–186, <https://doi.org/10.1093/heapro/daaa042>
- 19.** Ministerio de Comercio. (2020). Perfiles económicos Departamentales. Oficina de Estudios Económicos. Recuperado el 29 de octubre de 2020 en: <https://www.mincit.gov.co/estudios-economicos/perfiles-economicos-por-departamentos>
- 20.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 735 del 8 de mayo de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 de: [https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20735%20de%202020.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20735%20de%202020.pdf)

- 21.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 748 del 13 de mayo de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 de:  
[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20748%20de%202020.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20748%20de%202020.pdf)
- 22.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución No. 749 del 13 de mayo de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 en:  
[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20749%20de%202020.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20749%20de%202020.pdf)
- 23.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 796 del 20 de mayo de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 en:  
[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20796%20de%202020.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20796%20de%202020.pdf)
- 24.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 773 del 14 de mayo de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 en:  
[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20773%20de%202020.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20773%20de%202020.pdf)
- 25.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 905 del 11 de junio de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 en:  
[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20905%20de%202020.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20905%20de%202020.pdf)
- 26.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 1285 del 29 de julio de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 en:  
[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%201285%20de%202020.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%201285%20de%202020.pdf)

- 27.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 385 del 12 de marzo de 2020. Recuperado el 3 de noviembre de 2020 en:  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-385-de-2020.pdf>
- 28.** Colombia. Congreso de la República. (2020). Decreto 457 del 22 de marzo de 2020. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:  
<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20457%20DEL%2022%20DE%20MARZO%20DE%202020.pdf>
- 29.** Colombia. Congreso de la República. (2020). Decreto 593 del 24 de abril de 2020. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:  
<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20593%20DEL%2024%20DE%20ABRIL%20DE%202020.pdf>
- 30.** Colombia. Congreso de la República. (2020). Decreto 539 del 13 de abril de 2020. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:  
<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20539%20DEL%2013%20DE%20ABRIL%20DE%202020.pdf>
- 31.** Colombia. Congreso de la República. (2020). Decreto 636 del 6 de mayo de 2020. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:  
<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20636%20DEL%206%20DE%20MAYO%20DE%202020.pdf>
- 32.** Ministerio del Trabajo (2020) Circular 0017 del 24 de febrero de 2020. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:  
<https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/0/Circular+0017.pdf/05096a91-e470-e980-2ad9-775e8419d6b1?t=1582647828087>

**33.** Ministerio de Salud y Protección Social, Ministerio del Trabajo & Función Pública. Circular 0018 del 10 de marzo de 2020. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:

<https://www.funcionpublica.gov.co/documents/418537/616038/Circular-externa-0018-2020-acciones-contencion-coronavirus.pdf/92ccd0b4-c825-8eeb-a29c-89956d17c80b?t=1583870658660>

**34.** Ministerio de Salud y Protección Social (2020). Lineamientos generales para el uso de tapabocas convencional y máscaras de alta eficiencia. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:

<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPS18.pdf>

**35.** Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Guía con lineamientos mínimos para la fabricación de tapabocas de uso general no hospitalario en el marco de la emergencia sanitaria por enfermedad COVID-19. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 en:

<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GMTG15.pdf>

