

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA REINCORPORACIÓN LABORAL DEL PERSONAL DE SERVICIOS GENERALES



UNAH 2020-2021





I. ÍNDICE

I. ÍNDICE	1
I. INTRODUCCIÓN	4
II. OBJETIVO.....	5
III. ALCANCE.....	5
IV. CONCEPTOS	5
V. INFORMACION GENERAL SOBRE COVID-19	6
VI. DESARROLLO DEL PROTOCOLO	7
VI.1 INDICACIONES GENERALES PARA EL PERSONAL DE SERVICIOS GENERALES	7
VI.2 MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL PERSONAL DE LAS DIFERENTES ÁREAS DE LA DIRECCIÓN DE SERVICIOS GENERALES	9
VI.2.1 Personal de Transporte	9
VI.2.2 Personal de Jardinería.....	10
VI.2.3 Personal de Carpintería.....	11
VI.2.4 Personal de Fontanería	11
VI.2.5 Personal de Electricidad	12
VI.2.6 Personal de Albañilería.....	12
VI.2.7 Personal de Soldadura	13
VI.2.8 Personal de Mecánica	13
VI.2.9 Personal de Seguridad Interna.....	14
VI.2.11 Personal de Almacén.....	15
VI.2.12 Personal de Aire Acondicionado	15
VI.2.13 Personal de Telefonía.....	16
VI.2.14 Utilidad General	17
VI.2.15 Personal de Limpieza	17
VI.2.16 Equipo de Protección Personal (EPP).....	18
VII. PROTOCOLOS RELACIONADOS.....	18
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	20
IX. ANEXOS	21
ANEXO 1. LAVADO CORRECTO DE MANOS.....	21



ANEXO 2. DESINFECCIÓN DE MANOS	22
ANEXO 3. USO CORRECTO DE LA MASCARILLA	23
ANEXO 4. ACCIONES QUE DEBERÁN SER PARTE DE SU DÍA A DÍA.....	24
ANEXO 5. ¿QUÉ HACER SI ESTÁ ENFERMO?	25
ANEXO 6. APLICACIÓN DOCTOR 1847	26



EQUIPO TÉCNICO DE REVISIÓN Y VALIDACIÓN DE PROTOCOLOS

Comité Técnico Institucional de Prevención de la COVID-19, Secretaría Ejecutiva de
Desarrollo de Personal, Secretaría Ejecutiva de Desarrollo Institucional, Facultad de
Ciencias Médicas

Equipo de Revisión

Dra. Ana Lourdes Cardona Alfaro
Jefa del Departamento de Salud Pública

Dra. Wendy Elizabeth Murillo Barahona
Investigadora

Dra. Dilcia Esperanza Saucedo Acosta
Coordinadora de la Maestría de Epidemiología

MSC. Marta Zepeda

Dr. Ricky Rondol Ruiz Sorto
Representante Sindical

Dr. Nelson Alexander Paz
Representante Sindical



PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA REINCORPORACIÓN LABORAL DEL PERSONAL DE SERVICIOS GENERALES

I. INTRODUCCIÓN

La Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH), ante el retorno ordenado, gradual y progresivo de su actividad tras el confinamiento motivado por la COVID-19, tiene como propósito, generar las más efectivas condiciones de seguridad para todos los empleados. Por este motivo, se ha elaborado el presente protocolo de bioseguridad para la reincorporación laboral del personal técnico de la Dirección de Servicios Generales (DSG), cumpliendo con las recomendaciones de las autoridades sanitarias, universitarias y siguiendo las instrucciones del Gobierno de la República, SINAGER y la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS).

En el presente protocolo se establecen criterios claros y precisos que permitan la realización de las actividades para el personal de servicios. Por tanto, es importante que conozcan las medidas de prevención adoptadas para su reincorporación laboral.

Ante la situación actual, este protocolo puede cambiar en función de la evolución y la nueva información que se disponga sobre los descubrimientos e investigaciones para la prevención y eliminación de la COVID-19, así como de las instrucciones que se reciban de las autoridades universitarias y sanitarias competentes.



II. OBJETIVO

El presente documento tiene como propósito la aplicación de prácticas de bioseguridad para un trabajo seguro, previniendo y controlando el riesgo de propagación de la COVID19 al ingresar al campus universitario y en el desarrollo de las actividades de trabajo.

III. ALCANCE

Ciudad Universitaria, Centros Regionales, CRAED y Telecentros de la UNAH.

IV. CONCEPTOS

Bioseguridad: Conjunto de normas y procedimientos que tienen por objeto el disminuir, minimizar o eliminar los factores de riesgo biológicos que puedan llegar a afectar la salud o la vida de las personas o puedan afectar el medio ambiente.

Desinfección: Proceso químico que mata o erradica microorganismos sin discriminación, tales como bacterias, virus y protozoos, impidiendo el crecimiento de microorganismos patógenos en fase vegetativa que se encuentran en objetos inertes. La desinfección reduce los organismos nocivos a un nivel que no dañan la salud ni la calidad de los bienes perecederos.

Equipo de Protección Personal (EPP): Equipo o dispositivo destinado para ser utilizado o sujetado por el trabajador, para protegerlo de uno o varios riesgos y aumentar su seguridad o su salud en el trabajo.

Higiene: Conjunto de normas y procedimientos tendientes a la protección de la integridad física y mental del trabajador, preservándolo de los riesgos de salud inherentes a las tareas del cargo y al ambiente físico donde se ejecutan.

Limpieza: Proceso de eliminación de restos orgánicos e inorgánicos de una superficie. La suciedad interfiere en cualquier técnica de desinfección y esterilización, de ahí que la limpieza sea una condición previa e inexcusable a dichos procedimientos.

Pandemia: Propagación mundial de una nueva enfermedad. Lo que la diferencia de la epidemia es el grado en que aumentan los casos y su alcance internacional.

V. INFORMACION GENERAL SOBRE COVID-19

FORMAS DE CONTAGIO DE LA COVID-19 Por contacto con otra persona que esté infectada por el virus.

- A través de gotitas respiratorias o micropartículas suspendidas en el aire, tras estornudos, tos, al hablar, etc.
- A través de contacto directo con objetos o superficies contaminadas y posterior contacto con mucosas de la boca, nariz y/u ojos.
- Contaminación aérea o por aerosoles, que puede ocurrir durante la realización de procedimientos médicos.
- Por contaminación fecal – oral, (poco frecuente).

¿CUALES SON LOS SÍNTOMAS?

- Fiebre o escalofríos
- Dolor de cabeza
- Tos.
- Pérdida reciente del olfato o el gusto
- Fatiga
- Dificultad respiratoria.
- Secreción y goteo nasal.
- Náuseas o vómitos
- Dolor de garganta
- Dolores musculares y corporales.
- Diarrea.



Ítem	Enfermedades de Base consideradas de Riesgo
1	Cáncer
2	Enfermedad Renal Crónica
3	Enfermedades respiratorias agudas o crónicas (asma bronquial, neumonía u otras).
4	Personas Inmunodeprimidas (sistema inmunitario debilitado) por trasplante de órganos

5	Trastornos Metabólicos (Obesidad), enfermedades agudas y crónicas y enfermedades discapacitan tes
6	Afecciones Cardiacas Graves: hipertensión arterial, enfermedades cardiacas graves tales como insuficiencia cardiaca, enfermedad de la arteria coronaria o miocardiopatías
7	Enfermedad de Células Falciformes
8	Diabetes Mellitus
9	Enfermedades de Salud Mental
10	Personas mayores de 60 años
11	Mujeres embarazadas
12	Otros grupos de mayor riesgo o de enfermedades graves comprobables



VI. DESARROLLO DEL PROTOCOLO

El presente protocolo establece medidas de bioseguridad que deberán seguir en las inmediaciones y dentro de las instalaciones de la UNAH, todos los empleados de las diferentes áreas técnicas de la Dirección de Servicios Generales, que incluye: seguridad Interna, técnico en jardinería, mecánicos, transporte, técnico en electricidad, técnico en albañilería, técnico en fontanería, técnico en soldadura, técnico en manejo de desechos sólidos, técnicos en aire acondicionado, utilidad general, limpieza y técnico en telefonías.

Áreas indispensables que realizan las actividades de mantenimientos preventivos y correctivos en las instalaciones físicas, mobiliarios, maquinaria y equipo de la UNAH, por lo que se programará el retorno progresivo de dicho personal.

VI.1 INDICACIONES GENERALES PARA EL PERSONAL DE SERVICIOS GENERALES

1. El personal de servicios generales será reincorporado de manera progresiva y segura, tomando en cuenta las condiciones epidemiológicas y sanitarias como la existencia de las personas clasificadas con mayor riesgo y que por ello estarán exentos de presentarse a trabajar de manera presencial siempre y cuando presente certificación medica del IHSS o de la SESAL.

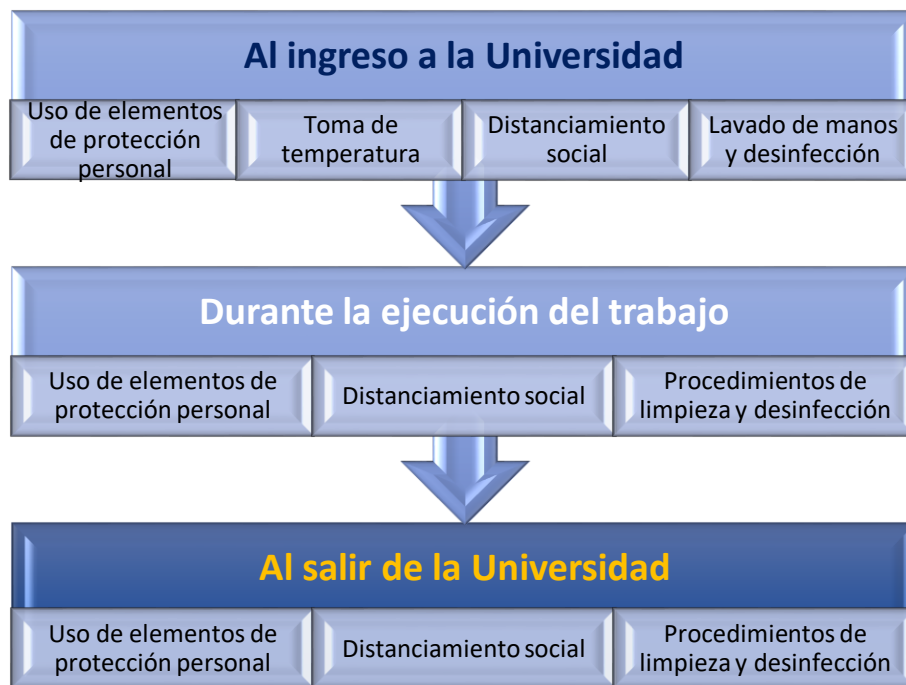


Figura 2. Principios a aplicar para prevenir el contagio del COVID-19
Fuente: Elaboración propia SEDI-UNAH

2. El personal que se identifique apto para el retorno deberá registrar su expediente de salud electrónico a través de la aplicación Doctor1847.
3. El personal deberá registrar su asistencia en el libro de Bitácora.
4. El personal de servicios generales deberá usar permanentemente la mascarilla¹ durante su estadía en la Institución, teniendo cuidado de cambiarla tan pronto como se dañe o humedezca.
5. Mantener el distanciamiento con compañeros, empleados de diferentes oficinas y áreas de atención al público de acuerdo a las medidas generales (entre 1.5 y 2 metros) y a las señales ubicadas estratégicamente.
6. Evitar de manera respetuosa saludos de contacto físico directo con otras personas (abrazos, besos, estrechar manos).

¹ La mascarilla deberá cumplir las especificaciones mínimas para evitar contagio por COVID-19. En el caso de personas sanas, con riesgo bajo o medio de contagio, mascarillas quirúrgicas o similares.

7. Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante antes, durante y después de haber tenido contacto con objetos o superficies distintas a su lugar de trabajo (como se muestra en el Anexo No. 1 y 2).
8. Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca. La propagación se produce con frecuencia cuando una persona se contamina y luego se toca los ojos, nariz o boca.
9. Evite compartir materiales y herramientas de trabajo.
10. Practicar la limpieza y desinfección de las áreas de trabajo.
11. Comunicar responsablemente a su jefe inmediato si presenta síntomas que supongan algún tipo de contagio, o si ha estado en algún momento en contacto con alguna persona contagiada sea en el trabajo o en su hogar.



VI.2 MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL PERSONAL DE LAS DIFERENTES ÁREAS DE LA DIRECCIÓN DE SERVICIOS GENERALES

VI.2.1 Personal de Transporte

La transmisión del coronavirus (SARS-COV-2) en el personal que conduce vehículos va a tener un nivel de exposición diferente en función de las tareas que se realicen, pero en general, la mayoría del personal tendrá una Baja probabilidad de exposición ya que disponen de medidas de protección individual. También es necesario adoptar las siguientes medidas:

1. Realizar la limpieza y desinfección de las diferentes superficies y objetos mediante la técnica adecuada con el uso de soluciones desinfectantes autorizadas. Para ejecutar esta tarea es indispensable el uso guantes de nitrilo y mascarilla. Se recomienda realizar lo anterior a las siguientes superficies y objetos:
 - Seguros de puertas
 - Manija y superficie de agarre de las puertas
 - Volante, indicadores, interruptores del tablero
 - Rejillas de aireas acondicionados
 - Superficie del tablero
 - Perillas de ajuste de asientos
 - Portavasos

- Controles de dirección y de parabrisas
 - Palanca de cambios de transmisión
 - Asientos
 - Alfombras de Piso
 - Extintores
 - Botiquines de Primeros Auxilios
 - Cinturones de seguridad
 - Pisos, gradas etc.
2. El personal deberá portar mascarilla e higienizar con líquido desinfectante cada unidad de transporte antes de que el personal aborde dichas unidades.
 3. Al ingreso del vehículo desinfectar la suela del calzado.
 4. Utilizar alcohol en gel para manos al 70% o más.
 5. Revisar que los empleados que utilicen estos medios de transporte utilicen mascarillas que cubran nariz y boca.
 6. También deberá verificar que estos ocupen un asiento por persona.
 7. En los vehículos se debe favorecer la ventilación natural.
 8. Mantener los vehículos en óptimas condiciones de higiene y seguridad.

VI.2.2 Personal de Jardinería

La transmisión del coronavirus SARSCoV-2 en el personal de jardinería va a tener un nivel de exposición diferente en función de las tareas que se realicen, pero en general, la mayoría del personal tendrá una baja probabilidad de exposición, debido a que sus puestos de trabajo no tienen atención directa al público, o si la tienen, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección individual. También es necesario adoptar las siguientes medidas:

1. Realizar una limpieza diaria de todas las superficies y equipos de trabajo (incluyendo herramientas y máquinas) con disoluciones desinfectantes eficaces contra el virus (agua y cloro), debiendo desinfectarse tras su utilización. Se aconseja que dicha limpieza se realice al terminar la jornada de trabajo, siendo responsabilidad de cada empleado el realizar esta tarea con las herramientas utilizadas.
2. Evitar tocarse la cara con las manos sucias.
3. Portar mascarilla al ingreso, permanencia y salida del campus universitario.
4. Adoptar medidas para evitar el contacto con superficies que puedan estar contaminadas.
5. Respetar las medidas de distanciamiento social, asegurando que la distancia entre personas sea de 2 metros.
6. Evitar al máximo el contacto directo con otras personas.

7. Se deberá tener un espacio para ingerir los alimentos, programando turnos para asegurar el distanciamiento.
8. Utilizar los equipos de protección personal específicos de jardinería.

VI.2.3 Personal de Carpintería

1. Uso de EPP de manera obligatoria y permanente.
2. Se debe controlar el aforo de los empleados en el área o recinto de trabajo.
3. Mantener las áreas ventiladas con aire exterior.
4. Los empleados deben permanecer al menos a 2 metros de distancia de otros y entre los puestos de trabajo evitando contacto directo.
5. Se deberá limitar el número de operadores de máquinas en cada estación de trabajo y realizar procesos de demarcación de los espacios individuales que deberán ser completamente respetados.
6. No se deben permitir reuniones en grupos en los que no pueda garantizar la distancia mínima de 2 metros entre cada empleado.
7. Todas las herramientas de trabajo utilizadas por los empleados de carpintería deben ser de uso individual y desinfectadas diariamente.
8. La caja de herramientas en caso de ser plástica en su totalidad podrá ser lavada con solución jabonosa y dejar secar. En caso de no ser posible humedezca un paño desechable y limpie la superficie externa cuidadosamente; Después tome otro paño húmedo y limpie la parte interna indicando por los bordes y después por la base de la caja de herramientas, no olvide desinfectar la parte inferior de la tapa de la caja de herramientas.
9. Establecer zonas específicas para el almacenamiento de materias primas, en proceso y productos terminados.
10. Todo el operador de carpintería debe utilizar alcohol gel para manos al 70 % o toallas desinfectantes antes de recibir o realizar cada entrega de los productos que realiza.
11. Debe realizar la desinfección de las herramientas al ingreso y salida del trabajo.
12. Desinfectar la bodega de almacenamiento de materiales.
13. Evitar compartir alimentos entre compañeros de trabajo.

VI.2.4 Personal de Fontanería

1. Adoptar medidas de control administrativo para la reducción de la exposición, tales como la flexibilización de turnos y horarios de trabajo.
2. Verificar que el personal cuente con el equipo de protección necesario para desarrollar sus actividades.
3. Las herramientas que por su material o características pueden corroerse o deteriorarse al

mojarse la limpieza debe realizarse con un paño desechable el cual debe humedecerse con la solución desinfectante y proceder a realizar la limpieza de cada una de sus partes teniendo en cuenta que no vuelva a pasar el paño por el mismo lugar que ya limpió.

4. Cada empleado deberá utilizar sus propias herramientas o las asignadas a él.
5. Se exceptúa aquellas herramientas o equipos que, por la naturaleza de la labor o actividad, tienen que ser las mismas, pero con la adecuada limpieza y desinfección con las sustancias recomendadas para las superficies.
6. Al inicio y al final de la jornada laboral deberá desinfectar las herramientas que utilizó para el desarrollo de sus actividades.
7. Uso de guantes, gafas protectoras y botas será obligatorio para manipulación de drenajes de aguas negras y grises.
8. Utilizar overol y guantes para protección y manejo de aguas contaminadas.
9. Controlar el aforo de los empleados en áreas o recintos de trabajo.
10. Prohibido las reuniones de grupo de empleados en hora de descanso.

VI.2.5 Personal de Electricidad

1. Uso de equipo de protección personal.
2. Cada empleado deberá utilizar sus propias herramientas o las asignadas a él, impidiendo el traspaso o préstamo de estas entre los empleados. Se exceptúa aquellas herramientas o equipos que, por la naturaleza de la labor o actividad, tienen que ser las mismas, pero con la adecuada limpieza y desinfección con las sustancias recomendadas para las superficies.
 1. El ingreso deberá ser escalonado para asegurar la distancia mínima entre personas de 2 metros.
 2. Lavarse y desinfectarse las manos luego de tocar superficies que pueden estar contaminadas, equipos de trabajo en general, maquinaria e interruptores compartidos,
 3. Realizar la desinfección de las áreas externas e internas de las centrales de generación y sistemas de transmisión.
 4. Se priorizaran las actividades de mantenimiento relacionadas con la infraestructura eléctrica.
 5. Ninguna media aplicada en las actividades de mantenimiento de la infraestructura de generación o transmisión implica la disminución de la seguridad del sistema eléctrico de ciudad y centros universitarios regionales.

VI.2.6 Personal de Albañilería

1. Planificar jornada laboral y actividades a realizar.
2. No permitir desarrollar actividades con aglomeración de personas.

3. Distribuir al personal en grupo, guardando distanciamiento entre ellos.
4. Uso de equipó de protección necesario para desarrollar las actividades diarias.
5. Extremar las precauciones de limpieza de herramientas y maquinaria, en el caso de compartirlos proceder a su desinfección con solución a base de alcohol al 70%, previa y posterior al uso.
6. Evitar el contacto con superficies contaminadas.
7. Desinfectar herramientas al inicio y final de la jornada laboral.
8. Evitar compartir alimentos.

VI.2.7 Personal de Soldadura

1. Mantener la zona de trabajo ventilada, para soldar en áreas confinadas siempre se debe utilizar un extractor lateral con el fin de evacuar los humos y gases emitidos, ya que estos pueden provocar daños a la salud.
2. Uso de equipo de protección personal obligatorio como ser: gorro, mascarillas respiratorias para humos metálicos, máscara de soldar (yelmos) guantes de cuero grueso, delantal de cuero, polainas y casaca de cuero y zapatos de seguridad.
3. Nunca se debe soldar en la proximidad de líquidos inflamables, gases, vapores, metales en polvo o polvos combustibles.
4. Cuando el área de soldadura contiene gases, vapores o polvos, es necesario mantener perfectamente aireado y ventilado el lugar mientras se suelda.
5. Nunca soldar en la vecindad de materiales inflamables o de combustibles no protegidos.
6. El operador nunca debe estar sobre una poza o sobre suelo húmedo cuando suelda, como tampoco trabajar en un lugar húmedo.
7. Deberá conservar manos, vestimenta y lugar de trabajo continuamente secos.
8. Evite tener en los bolsillos todo material inflamable como fósforos, encendedores o papel celofán.
9. Todas las herramientas utilizadas deben ser desinfectados antes de que otra persona las utilice, siendo preferente un uso individualizado y no compartido.
10. No use ropa de material sintético, use ropa de algodón.

VI.2.8 Personal de Mecánica

1. Uso de equipo de protección personal obligatorio.
2. Realizar una limpieza diaria de todas las superficies y equipos de trabajo.
3. Ventilar los espacios de trabajo, mediante la apertura de puertas y ventanas siempre que sea posible.
4. Todas las herramientas utilizadas deben ser desinfectados antes de que otra persona las utilice, siendo preferente un uso individualizado y no compartido.

5. Desinfectar las herramientas tanto al inicio y como al final de la labor.
6. Adoptar medidas para evitar el contacto con superficies que puedan estar contaminadas.
7. Hay que asegurar que la distancia entre personas sea siempre, como mínimo de 2 metros.
8. Cuando presten el servicio en otros lugares de trabajo irán provistos de guantes y de mascarillas quirúrgicas.
9. Se evitará al máximo el contacto directo con las personas.
10. Prohibido compartir alimentos.

VI.2.9 Personal de Seguridad Interna

El personal de seguridad tendrá las siguientes responsabilidades a cumplir para mantener una adecuada bioseguridad en toda la Institución y Centro de trabajo:

1. Asistir a las capacitaciones brindadas por la Universidad sobre recomendaciones y medidas preventivas sobre la COVID-19.
2. Aplicar los conocimientos adquiridos en las capacitaciones para la atención de empleados, visitantes y público en general para así prevenir malas prácticas sanitarias.
3. De serle asignada la tarea de toma de temperatura, se deben seguir las medidas generales a todos los empleados, visitantes y público en general, previo a su ingreso a la institución.
4. Velar porque los empleados, visitantes y público en general guarden el distanciamiento adecuado según las medidas generales (entre 1,5 y 2 metros).
5. Restringir el acceso a la institución y solo permitir el acceso al personal esencial y de acuerdo con lo establecido por las autoridades.

VI.2.10 Personal de Manejo de Residuos Sólidos

Todos los empleados que laboran en esta área están obligados a cumplir con las medidas de bioseguridad establecidas como ser:

1. Utilizar las técnicas apropiadas para el manejo de los desechos de las diferentes áreas y Centros de Estudio (ver Protocolo para el Manejo y Control de Residuos Sólidos).
2. Utilizar los EPP requeridos y cumplir con las técnicas y productos establecidos.
3. Ejercer su trabajo con recipientes de basura seguros, con tapa de apertura con pedal.
4. Prestar especial atención, al manejo de los desechos que no son habituales en la institución, como los provenientes de los EPP y las instalaciones de salud.
5. Respetar los protocolos de separación de residuos, ya que la gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual.

6. Tirar los pañuelos desechables que emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la “etiqueta respiratoria” en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, de ser posible, accionados por pedal.
7. Deben de evitar cualquier contacto con sus compañeros como medida de protección, manteniendo la distancia de 1.5 a 2 metros.
8. El personal encargado de sacar estos desechos debe utilizar guantes de látex, y se los quitara hasta poner la siguiente bolsa en su lugar.
9. Los residuos de mascarilla, guantes se dispondrán en las bolsas rojas las cuales identifican los residuos biológicos. La bolsa y el basurero deben ir identificados como desechos de riesgo biológico e idealmente en una bolsa roja.
10. Residuos de los paños de limpieza, frascos de los productos se colocarán en la bolsa destinada para los residuos ordinarios.
11. En el caso del manejo de los desechos líquidos, sólidos y orgánicos se manejará como se ha estado realizando normalmente, en cumplimiento el uso del EPP establecido para evitar el contagio de la COVID-19.

VI.2.11 Personal de Almacén

1. Utilizar los EPP requeridos para la realización de sus tareas.
2. El espacio destinado para recibir y almacenar deberá disponer de unas dimensiones mínimas que permitan el distanciamiento adecuado entre el encargado que recibe y las personas que le entregan los materiales.
3. Al efectuarse la recepción de materiales, bienes o equipo se deberá señalar los puntos de descarga, revisión, registro, etc. manteniendo la distancia y medidas de bioseguridad correspondiente (uso de mascarillas, guantes, etc.) por el personal encargado de la actividad.
4. Dentro de la bodega debe de disponerse de alcohol en gel para manos e informar a la persona que lleva los materiales que deberá desinfectarse sus manos antes de proporcionarle la documentación de comprobación de la entrega.
5. Se deberán establecer horarios y roles para la recepción de materiales y suministros de los proveedores, al igual que horarios y roles para la entrega de materiales y suministros a los empleados.
6. Desinfección de material
7. Distanciamiento entre el personal de almacén y usuarios
8. No recibir personal dentro de las instalaciones del almacén

VI.2.12 Personal de Aire Acondicionado

1. Utilizar los EPP requeridos para la realización de sus tareas.

2. Cada empleado deberá utilizar sus propias herramientas o las asignadas a él, impidiendo el traspaso o préstamo de estas entre los empleados. Se exceptúa aquellas herramientas o equipos que, por la naturaleza de la labor o actividad, tienen que ser las mismas, pero con la adecuada limpieza y desinfección con las sustancias recomendadas para las superficies.
3. Evitar contacto y dialogo con personal de oficinas.
4. Inspeccionar los equipos de aire acondicionado para asegurarse de que las fugas estén bajo control.
5. Planificar la limpieza de conductos.
6. Extraiga los filtros de aire como de costumbre, de acuerdo con el programa de mantenimiento.
7. Los trabajos regulares de reemplazo y mantenimiento del filtro se realizarán con medidas de protección comunes, incluida la protección respiratoria.

Recomendaciones para el mantenimiento del sistema de ventilación

1. Hacer una revisión general del funcionamiento de las ventanas y puertas para identificar las condiciones en que se encuentran.
2. Reparar o instalar mallas de tipo mosquitera, en las ventanas de las cocinetas como elemento de protección contra plagas o insectos.
3. Realizar periódicamente la limpieza de puertas, ventanas y contramarcos.
4. Se recomienda una lubricación ocasional de las partes metálicas móviles, como marcos, errajes y picaportes.
5. Realizar periódicamente la limpieza de mallas de las ventanas para tener un mejor confort térmico.

VI.2.13 Personal de Telefonía

Todos los empleados que laboran en áreas de telefonía están obligados a:

1. Usar permanentemente la mascarilla, durante su estadía en la Institución, teniendo cuidado de cambiarla tan pronto como se dañe o humedezca.
2. Deberán realizarse modificaciones estructurales, como la implementación de barreras de protección para prevenir la exposición del virus.
3. Limpiar y desinfectar su área de trabajo al iniciar la jornada, luego cada 4 horas, y al finalizar la jornada, desinfectando superficies y objetos a utilizar o utilizados diaria y sistemáticamente (teclado, ratón, teléfono, pantalla de su computadora, utensilios, etc.).
4. Para garantizar una correcta desinfección de superficies y objetos, pasar un paño o toalla desechable con una solución de alcohol gel al 70%, asegúrese dejar actuar durante al menos 1 minuto. Repetir rutina cada 4 horas.

5. Cada persona deberá conservar sus utensilios de uso personal (tazas, vasos, platos, etc.), encargándose personalmente de su aseo y evitando en todo momento que estos se acumulen en las cocinetas.
6. La atención a usuarios deberá realizarse por citas, con el propósito de evitar la aglomeración, utilizando las herramientas que la Institución tenga a disposición.

VI.2.14 Utilidad General

Todos los empleados que laboran en el área de Utilidad General están obligados a:

1. Realizar una limpieza diaria de todas las superficies (incluyendo teléfono, teclado y pantallas de ordenador) según procedimiento establecido. Se aconseja que dicha limpieza se realice al terminar la jornada de trabajo y entre turnos.
2. Adoptar medidas para evitar el contacto con superficies que puedan estar contaminadas.
3. Utilizar los EPP requeridos para la realización de sus tareas.
4. Mantener el distanciamiento con compañeros, empleados de diferentes oficinas y áreas de atención al público de acuerdo a las medidas generales (entre 1.5 y 2 metros) y a las señales ubicadas estratégicamente.
5. Evitar de manera respetuosa saludos de contacto físico directo con otras personas (abrazos, besos, estrechar manos).
6. Evitar utilizar objetos de sus compañeros de trabajo tales como: teléfonos, herramientas, equipo de trabajo etc.

VI.2.15 Personal de Limpieza

Establecer un sistema de limpieza y desinfección con la calidad y frecuencia necesarias para garantizar que las instalaciones, objetos y superficies sean seguros de utilizar. La frecuencia deberá estar relacionada con el uso de las instalaciones (consultar Plan de Limpieza y Desinfección UNAH-COVID-19).

1. Capacitar al personal sobre los riesgos y peligros de los productos químicos de limpieza a utilizar para la desinfección de las instalaciones.
2. Uso de EPP (guantes, protector facial o gafas, mascarilla) y lavado periódico de las manos.
3. Mantener un distanciamiento adecuado de acuerdo a las medidas generales de distanciamientos con los diferentes empleados de la Universidad.
4. Se recomienda el uso de batas desechables para las actividades de limpieza y manipulación de los desechos. Los guantes y batas desechables deben ser compatibles con los productos

químicos desinfectantes que se utilicen. Se deben retirar cuidadosamente para evitar la contaminación del usuario y del área circundante.

5. Establecer un cronograma de actividades de limpieza y desinfección con sus respectivos registros, número de veces, responsables y horarios establecidos.
6. Portar herramientas de limpieza asignadas y no prestar utensilios entre empleados.
7. Mantener abastecida la solución desinfectante a utilizar, no mezclar sustancias químicas sin que esta sea su indicación de preceder y uso.
8. Debe evitarse la apertura de ventanas en las áreas de aseo que tengan comunicación directa hacia oficinas, puesto que se pueden generar flujos con aire contaminado hacia esas zonas.
9. Limpiara primero las superficies sucias, las cuales deben limpiarse con un detergente o jabón y agua, luego utilizar una solución desinfectante para la desinfección de objetos y superficies.

VI.2.16 Equipo de Protección Personal (EPP)

1. Garantizar que todo el personal de la Dirección de Servicios Generales utilice los equipos de protección personal requeridos según su actividad laboral para prevenir la transmisión del virus (consultar Protocolo para la Utilización del Equipo de Protección Personal).
2. Colocar el EPP antes de entrar a su puesto de trabajo, el EPP desechable una vez utilizado será descartado utilizando las técnicas adecuadas.
3. Descartar el EPP desechable, en los recipientes de residuos adecuados con tapa de apertura con pedal, etiquetado con las advertencias precisas.
4. Realizar un lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante después de retirar el EPP (consultar anexo no. 1 y 2).
5. No se debe compartir ningún tipo de Equipo de Protección Personal.
6. Supervisar el uso adecuado del Equipo de Protección Personal.

VII. PROTOCOLOS RELACIONADOS

1. Protocolo para la Utilización de Equipos de Protección Personal (EPP).
2. Protocolo para Higiene y Manejo Adecuado de Residuos Sólidos Generados en el Contexto de COVID-19.
3. Protocolo de Bioseguridad para el Ingresos Gradual de Empleados y Particulares al Campus Universitario.
4. Protocolo para la Vigilancia y Monitoreo de la Salud durante las Etapas del Reintegro Seguro.

Se reitera que es responsabilidad de todo el personal de la Dirección de Servicios Generales **contribuir al cumplimiento estricto de las medidas de protección en caminadas a controlar y reducir la transmisión del COVID-19.**

Para atender cualquier emergencia la UNAH pone a disposición la aplicación <https://doctor1847.unah.edu.hn> a la que puede acceder desde cualquier computadora o celular en caso de tener algún síntoma o sospecha de contagio.



VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ministerio de Salud de Costa Rica. (2020). Guía para la Prevención, Mitigación y Continuidad del Negocio por la Pandemia del Covid-19 en los Centros de Trabajo. Consultado en mayo de 2020 en:
https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/guia_continuidad_negocio_v1_21042020.pdf
2. Organización Panamericana de la Salud. (2020). Orientación sobre la COVID-19 y últimas investigaciones en las Américas. Consultado en mayo 2020 en:
<https://www.paho.org/es/publicaciones>
<https://covid19-evidence.paho.org/?locale-attribute=es>
3. Secretaria de Trabajo y Seguridad Social de Honduras. (2020). Protocolo de Bioseguridad por motivo de Pandemia COVID-19 para Centros de Trabajo del Sector Maquilador. Consultado en mayo de 2020, en:
<http://www.trabajo.gob.hn/wp-content/uploads/2020/04/Protocolo-de-Bioseguridad-Sector-Maquilador.pdf>
4. Secretaria de Salud de Honduras. (2020). Protocolo de Manejo Clínico de pacientes adultos con COVID-19 según estadios clínicos de la enfermedad en los distintos niveles de atención. Consultado en mayo de 2020 en:
<http://www.salud.gob.hn/site/index.php/component/edocman/protocolo-de-manejo-clinico-de-pacientes-con-segun-estadios-clinico-y-nivel-de-atencion-covid-19>
5. Secretaria de Trabajo y Seguridad Social de Honduras. (2020). Manual General de Bioseguridad por motivo de Pandemia CODVID-19 para Centros de Trabajo. Consultado en mayo de 2020 en:
<http://www.trabajo.gob.hn/wp-content/uploads/2020/04/Manual-de-Bioseguridad-por-motivo-de-Pandemia-CODVID-19.pdf>
6. Secretaria de Salud de Honduras. (2007). Normas y Procedimientos Nacionales para Prevención y Control de Infecciones Intrahospitalarias. Primera Edición, Julio 2007. Consultado en mayo 2020 en:
<http://www.bvs.hn/Honduras/Postgrados/Normasyprocedimientosnacionales.pdf>

IX. ANEXOS

ANEXO 1. LAVADO CORRECTO DE MANOS

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

 Duración de todo el procedimiento: **40-60 segundos**



0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



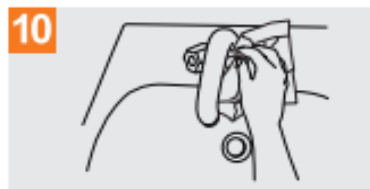
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Fuente: Organización Mundial de la Salud. Octubre 2010

ANEXO 2. DESINFECCIÓN DE MANOS

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

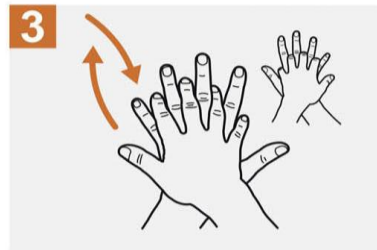
Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos



1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



1b Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



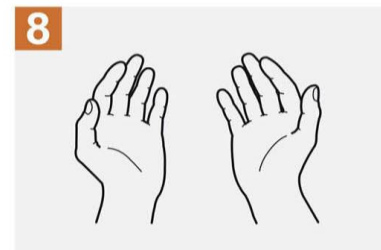
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



8 Una vez secas, sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES
Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

ANEXO 3. USO CORRECTO DE LA MASCARILLA

Uso adecuado de las MASCARILLAS

RECUERDA
DENUNCIA
AL COMERCIAL
911)



1

Antes de ponerse una mascarilla, desinfecta tus manos con un gel para manos a base de alcohol o agua y jabón.



3

Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o agua y jabón.



2

Cubra la boca y la nariz con una mascarilla y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la mascarilla.



4

Reemplace la mascarilla con una nueva tan pronto como esté húmeda y no reutilice las máscaras de un solo uso.



5

Para quitar la mascarilla: quitela por detrás (no toque el frente de la mascarilla); desechar inmediatamente en un contenedor cerrado; Lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o agua y jabón.



#AhoraDependeDeVos
Sigue las recomendaciones en nuestro sitio oficial:
covid19honduras.org



ANEXO 4. ACCIONES QUE DEBERÁN SER PARTE DE SU DÍA A DÍA

RECOMENDACIONES COVID-19 



UNAH
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE HONDURAS

QUE ESTAS ACCIONES SEAN PARTE DE SU DÍA A DÍA



- Lavarse las manos con frecuencia.



- Toser y estornudar cubriéndose la boca con el antebrazo.
- Evitar tocarse ojos, nariz y boca.
- Evitar el contacto directo con personas enfermas.



- Desinfectar objetos y superficies que se tocan con frecuencia.
- Usar adecuadamente la mascarilla al salir de su casa.

Más información en: www.unah.edu/coronavirus
Fuente: OPS


ANEXO 5. ¿QUÉ HACER SI ESTÁ ENFERMO?

¿QUÉ HACER SI ESTÁ ENFERMO?




Si tiene fiebre, tos u otros síntomas, usted podría tener COVID-19.

Es importante que no se automedique y acuda a un centro de salud desde la aparición de los primeros síntomas.



Luego:
· Quédese en casa y haga un seguimiento de sus síntomas.



· Manténgase alejado de otras personas.



· Descanse y manténgase hidratado.



· Si usted tiene dificultad para respirar, solicite servicios médicos de emergencia de inmediato.



· Tome los medicamentos que le recete su médico y manténgase en contacto con él.



· Evite utilizar el transporte público, los vehículos compartidos y taxis.

FUENTE: CDC



Doctor1847

Para asesoría médica gratuita
 Ingrese a: <https://doctor1847.unah.edu.hn>
 o descargue la aplicación en su celular



UNAH
 UNIVERSIDAD NACIONAL
 AUTÓNOMA DE HONDURAS

ANEXO 6. APLICACIÓN DOCTOR 1847



Doctor1847

Es una aplicación móvil para brindar servicio integral y gratuito de atención en salud de la UNAH, que utiliza la inteligencia artificial y telemedicina para la detección temprana y oportuna de COVID-19 y de dengue.

Desde cualquier computadora o dispositivo móvil ingrese a:

<https://doctor1847.unah.edu.hn>

Descárguela en  **Android play store**

Haga su registro y comience a disfrutar de tener un doctor en casa.



Profesionales en salud de la UNAH a su disposición

24hrs/7días





Doctor1847, su doctor en casa con calidad UNAH 



UNAH
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE HONDURAS