Prevención de COVID-19 en la Actividad Laboral

Rastro y Empacadora de Carne

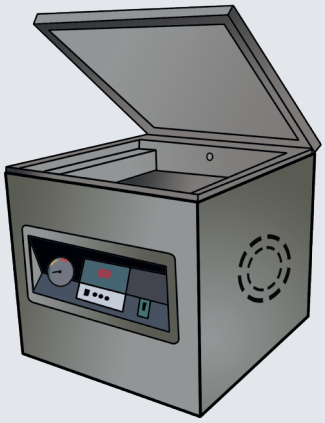
¿Qué es un contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio laboral con una persona confirmada o sospechosa de COVID-19, bajo las siguientes condiciones:

- Por un periodo de 10 minutos o más a una distancia menor a 1.5 metros y sin haber usado el equipo de protección personal adecuado (sin cubrebocas, careta o lentes protectores)
- Haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas o aerosoles de un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por el trabajador infectado
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

Riesgos específicos de la actividad

- Contacto frecuente entre el personal
- La manipulación de una misma herramienta o equipo por diferente personal



Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por lo menos 1.5 metros de los demás
- Lávate las manos con agua y jabón o desinféctalas con gel con base de alcohol al 60-70%, al comienzo y al final de la jornada; antes de comer o beber; después de tocar dinero, objetos o artículos de uso común como perillas de puertas o después de ir el baño
- No te toques la cara, en especial ojos y boca
- Al estornudar o toser, cúbrete la nariz y boca con el ángulo interno del brazo, aun si usas cubrebocas
- No compartas objetos de uso común o personal: teléfonos, audífonos, pluma, equipo de protección personal (EPP), etc. y limpia con agua y jabón o desinfecta con alcohol frecuentemente
- Tómate la temperatura diariamente, si tienes 37.5°C o más, repórtala al jefe, y llena el permiso COVID-19
- Usa siempre el equipo de protección personal que te proporciona el patrón
- Si usas uniforme, al término de la jornada, retíralo y llévalo a casa en una bolsa
- Si viajas en transporte público, desinfecta las manos antes de abordar, usa cubre bocas, evita tocarte la cara, así como superficies del vehículo, procura mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros y al salir desinfecta de nuevo las manos

El propósito de estas recomendaciones es que ningún trabajador reúna las condiciones para ser un contacto en el trabajo.

Preparación

Prepare la lista de lo que es absolutamente necesario

- **Soluciones** desinfectantes, cloro comercial (100 ml diluido en 900 ml de agua) o gel con base de alcohol al 60-70% para destruir o inactivar el virus; toallas sanitizantes, agua, jabón y toallas de papel desechables
- **Equipo** de protección personal (EPP), acorde con las actividades que realice cada trabajador:
  - **Todo el personal debe usar cubrebocas**
  - Protección ocular
  - Guantes de uso doméstico para la limpieza
  - Uniforme o ropa de trabajo para cambio diario
- **Disponibilidad** de consumibles para higiene de manos en baños y vestidores
- **Señalización**
  - En el piso con la separación del personal en áreas de trabajo, vestidores y en filas
  - En el vehículo de transporte del personal, para respetar la sana distancia
  - En áreas de higiene de manos, baños, vestidores, tarjas y accesos
  - Etiqueta respiratoria
  - En puertas o rejas para evitar tocar manijas y superficies
  - En área de resguardo de los vehículos, para su limpieza y desinfección al final de la jornada
- **Directorio** telefónico para orientación médica sobre el COVID-19

Organice la jornada de trabajo (eficiente)

- **Define** las acciones a seguir en caso de que el personal presente síntomas relacionados con COVID-19 o si reportan contacto con una persona sospechosa o confirmada
- **Capacita** e informa continuamente sobre las medidas de prevención para el COVID-19, y la información relevante de la empresa a través de medios electrónicos
- **Conserva** todas las medidas de higiene, manejo de residuos y uso de equipo de protección personal ya establecidas para las diversas actividades desarrolladas
- **Asegura** la continuación de los programas sanitarios para los animales como: inspección y baño ante mortem y post mortem
- **Establece** horarios de trabajo y consumo de alimentos escalonados y flexibles; distribuye tareas a modo de reducir el movimiento de trabajadores, limitar el contacto físico y disminuir el riesgo de transmisión
- **Organiza** sentidos de circulación para el personal a modo de evitar el contacto entre ellos
- **Designa** entradas y salidas exclusivas
- **Establece** programas de limpieza al inicio y al final de la jornada y con mayor frecuencia en superficies y objetos de uso continuo: rejas, manijas, equipo de aturdimiento, sierras, cuchillos, ganchos, líneas de producción, cámaras frías, entre otros. Destina días de limpieza profunda para las áreas de aturdimiento, sangrado y la sala de sacrificio
- **En** caso de contar con sistemas de ventilación, verifica que cumplan con el mantenimiento
- **Asegura** el funcionamiento de la red de frío durante el proceso de manejo y transporte de los productos
- **Destina** áreas de descanso lejos de la zona de producción
- **Ubica** al personal durante la actividad uno al lado de otro y no frente a frente
- **Cuando** la intervención de varias personas en una tarea sea indispensable, forma grupos de trabajo fijo
- **Organiza** la recepción de los animales con el menor número de personal
- **Asigna** herramientas y máquinas por trabajador

Durante la actividad laboral

Al ingreso

- Implementa un filtro para medir la temperatura e interrogar síntomas
  - Si el personal al llegar tiene fiebre o síntomas sospechosos de COVID-19 o los desarrolla en la jornada, asegúrate que use cubrebocas, envíalo al servicio de salud de la empresa para valoración; ayúdale a llenar el permiso COVID-19 y si corresponde, pídele que regrese a casa en transporte privado
  - Si un usuario tiene 37.5ºC o más, ofrécele un cubrebocas e invítalo a regresar a casa y a llamar al teléfono de información de su localidad para recibir orientación médica COVID-19

Para el personal

- Respeta los señalamientos de sana distancia y no intercambies lugares
- Mantén uñas cortas, no uses anillos, relojes, pulseras o cualquier otro objeto que limite el buen lavado de las manos
- No escupas
- Si eres operador de vehículo, respeta la sana distancia dentro del mismo y mantén abiertas las ventanas durante la jornada
- Evita el préstamo de herramientas, vehículos o materiales de trabajo
- Limpia las herramientas de trabajo después de haberlas utilizado
- Limpia y desinfecta al final de la jornada todo el vehículo donde se transporta el producto

Inspección y aturdimiento

- Inspección pre y post mortem por un veterinario
- El aturdimiento lo realizará una persona
- Si es necesario efectuarlo en grupo, respeta la distancia y no compartas el equipo

Exanguinación, preparación y almacenaje

- Coloca el equipo de protección personal y conserva sana distancia
- Limpia frecuentemente el equipo de aturdimiento, cuchillos, pinzas, sierras y al final de la jornada guárdalas en cajas de plástico
- Respeta la señalización colocada en línea de producción y no intercambies puestos de trabajo
- Una vez empacado el producto, lava o desinfecta las manos, especialmente si utilizaste guantes; colócalo en la cámara fría y nuevamente lava o desinfecta las manos

Alimentos y comidas

- Lávate las manos siempre antes de comer
- No comas mientras trabajas
- No compartas alimentos, bebidas, ni utensilios
- Si tienes hipertensión, sobrepeso, obesidad o diabetes, sigue los planes de alimentación recomendados
- Si la empresa en la que trabajas tiene comedor, sigue las recomendaciones y guarda 1.5 metros de distancia de los demás
- Si la empresa no tiene comedor:
  - Mantén la distancia o busca un lugar aislado
  - Prefiere un lugar al aire libre, mientras no sea la calle
  - Lleva los alimentos preparados desde casa o cómpralos en lugares que sigan las recomendaciones higiénicas

Supervisión

- Que personal, clientes y proveedores conozcan y respeten las instrucciones
- Que no se compartan los dispositivos de comunicación, equipo de protección personal, audífonos, materiales, objetos o herramientas de trabajo
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene
- El cumplimiento de las rutinas de limpieza de áreas de trabajo, cámaras frías, herramientas, vehículos, baños, entre otros
- Considera la retroalimentación del personal, clientes y proveedores para implementar mejoras

Atención: ¡Un riesgo puede ocultar otro! Asegúrate de que la atención prestada al riesgo de infección no oculta o reduce la atención prestada a los riesgos específicos de los lugares de trabajo (riesgo de animales, máquinas, caídas de altura, manipulaciones, utilización de los EPP, etc.)

¡Si te cuidas tú nos cuidamos todos!

Para más información consulta:

Sobre permiso COVID-19:

http://www.imss.gob.mx/covid-19

Más material para el sano retorno:

http://nuevanormalidad.gob.mx

Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales • Coordinación de Salud en el Trabajo • Coordinación de Bienestar Social

GOBIERNO DE MÉXICO | IMSS