

Prevención de COVID-19 en la Actividad Laboral

Seguridad Pública

¿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 (EPP): 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 personal infectado
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

- Usa siempre el equipo de protección personal (EPP) que te proporciona el patrón
- Al término de la jornada, retira el uniforme y llévalo a casa en una bolsa
- Si viajas en transporte público, desinfecta las manos antes de abordar, usa cubrebocas, evita tocar 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

Riesgos específicos de la actividad

- Contacto directo con otras personas en actividades de vigilancia, contención o aseguramiento
- El personal de seguridad pública es esencial para la población y debe extremar sus cuidados para la prevención del COVID-19

Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por lo menos 1.5 metros de los demás
- Lávatte las manos con agua y jabón o desinfectalas 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 al baño
- No te toques la cara, en especial ojos, nariz y boca
- Al estornudar o toser, cúbrete la nariz y boca con el ángulo interno del brazo, aun con cubrebocas
- No compartas objetos de uso común o personal: teléfonos, audífonos, bolígrafo, equipo de protección personal (EPP), etc. y desinfectalos con alcohol frecuentemente
- Tómate la temperatura diariamente, si es de 37.5°C o más repórtala al jefe y llena el permiso COVID-19



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, paños o trapos de tela para la limpieza, agua, jabón, toallas de papel desechable
- **Equipo** de protección personal (EPP) acorde con las actividades:
 - **Todo el personal debe usar cubrebocas**
 - Caretas para el personal que tenga contacto con el público
 - Batas impermeables desechables para el contacto con población sospechosa o confirmada con COVID-19
 - Guantes desechables para el contacto físico directo
 - Cubrebocas N95 si interviene en primeros auxilios
 - Uniforme o ropa de trabajo para cambio diario
 - Guantes de uso doméstico para la limpieza
- **Consumibles** para higiene de manos de personal en accesos, baños, vestidores, áreas de trabajo y vehículos
- **Señalización:**
 - En el piso de la estación, con la separación que debe tener en áreas comunes
 - Higiene de manos en accesos, baños, vestidores y vehículos
 - Higiene de manos en accesos, mostrador, caseta de vigilancia, y baños

- Etiqueta respiratoria
- En el acceso principal con las medidas preventivas del COVID-19
- En el vehículo con medidas de protección

- **Barreras** físicas en área de oficinas y atención al público
- **Directorio** de teléfonos 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 al personal sobre las medidas de prevención para el COVID-19, los oficiales deben tener la capacidad para responder preguntas de la comunidad: centros de atención, pruebas, medidas preventivas, teléfonos de atención, entre otras
- **Establece** un plan de contingencia en caso de escasez de personal; considera turnos extra y pospón permisos y vacaciones
- **Establece** horarios de trabajo y comida, escalonados y flexibles, a modo de reducir el movimiento de personal para limitar el contacto físico y riesgo de transmisión
- **Implementa** un sistema de comunicación efectiva con las autoridades de salud y líderes comunitarios para apoyar a la comunidad en el contexto de COVID-19: transporte, atención primaria, reparto de víveres y medicamentos

- **Coordina** con la autoridad sanitaria local para dar preferencia al personal de seguridad pública para la realización de pruebas
- **Establece** programas de limpieza al inicio y al final de la jornada y con mayor frecuencia en superficies y objetos de uso continuo: macanas, armas, chalecos antibalas, escritorios, sillas, equipo de cómputo, vehículos, entre otros



Durante la actividad laboral

Al ingreso:

- Implementa un filtro para medir la temperatura de los trabajadores, si tienen 37.5°C o más, refiérellos a los servicios de salud o de personal para orientación y si corresponde la gestión de su permiso o incapacidad por COVID-19
- Distribuye kits de limpieza que contengan al menos: gel con base de alcohol al 60-70%, paños o trapos de tela para limpieza y cubrebocas, para el personal y para la comunidad

Para el personal:

- Usa el equipo de protección personal completo y de manera adecuada, especialmente en las intervenciones frente a frente como interrogatorios, cateos, contenciones, entre otras
- Toda persona visiblemente enferma debe tratarse como caso sospechoso de COVID-19 hasta demostrar lo contrario
- Al ingresar a una edificación o lugar cerrado, en el que falleció alguien con sospecha de COVID-19, se debe anticipar que las personas al interior están posiblemente infectadas, por lo que la atención se debe brindar con todo el EPP (Bata impermeable, guantes desechables, cubrebocas y protección ocular)
- Promover, difundir y concientizar a la población en las medidas higiénicas ante COVID-19 y las políticas impuestas localmente

- Si participas en la movilización o reanimación cardiopulmonar de personas enfermas, usa protección ocular, respirador N95, bata y guantes desechables
- En caso de entrar en contacto con una persona sospechosa y sus pertenencias: Realiza higiene de manos inmediatamente después, cambia de uniforme, limpia y desinfecta el cinturón y los aditamentos, reportarse al servicio de salud ocupacional, monitoreo de síntomas al inicio de cada jornada, mantén sana distancia y usa cubrebocas en todo momento
- Durante el trayecto en vehículo, respeta la sana distancia y mantén las ventanas abiertas en la medida de lo posible
- Reporta en los controles fronterizos, retenes y otros sitios, si transportas algún infractor o tuviste contacto con personal que presentan síntomas sospechosos para COVID-19
- Entrega cubrebocas a todo infractor en el momento de su detención y solicita que lo utilice en todo momento
- Aísla en una celda separada a todo infractor por el mayor tiempo posible, si este presenta síntomas sospechosos de COVID-19 deberá recibir atención médica y ser aislado hasta recibir el resultado de la prueba PCR o hasta resultar asintomático

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 tiene comedor, sigue las recomendaciones de la ficha "Comedores industriales" y guarda 1.5 metros de distancia de los demás
- Si no tiene comedor:
 - Mantén la distancia o busca un lugar aislado
 - Prefiere un lugar al aire libre, mientras no sea la calle
 - Lleva tus alimentos preparados desde casa o cómpralos en lugares que sigan las recomendaciones higiénicas



Supervisión

- Que el personal conozca y respete las instrucciones
- Que no se compartan objetos personales o herramientas de trabajo
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene
- El cumplimiento de las rutinas de limpieza de armas, chalecos antibalas, escritorios, sillas, equipo de cómputo, vehículos, entre otros
- Que las áreas estén ventiladas
- Considera la retroalimentación del personal 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