

MINISTERIO DEL TRABAJO

DIRECCIÓN DE SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y GESTIÓN INTEGRAL DE RIESGOS

GUÍA DE ACTUACIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19, DURANTE LA JORNADA PRESENCIAL DE TRABAJO

Contenido

1.- Antecedentes.....	3
2.- Objetivo	5
3.- Base Legal.....	5
4.- Fuentes de consulta	5
5. Desarrollo	5
5.1 Información sobre COVID-19	6
5.2 Trabajadores y/o servidores que no deben asistir al centro o lugar de trabajo.....	7
5.3 Medidas de protección básicas.....	7
5.4 Evaluación de riesgo de exposición al SARS-CoV-2, virus que causa la enfermedad COVID-19	9
5.5 Prevención de riesgo psicosocial	12
5.6 Protección a grupos prioritarios y en condiciones de vulnerabilidad	13
5.7 Manejo de trabajadores y/o servidores con casos sospechoso, probable y confirmado de COVID-19	13
6. Recomendaciones	15
7. Anexo I.....	16
8.-Referencias.....	17

1.- Antecedentes

En diciembre de 2019, en China emergió una enfermedad infecciosa denominada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como COVID-19, causada por el virus SARS-CoV-2 (Coronavirus 2 del Síndrome Respiratorio Agudo Grave) ¹. Esta enfermedad suele producir fiebre y síntomas respiratorios (tos y disnea o dificultad para respirar), en casos más graves puede producir neumonía, síndrome respiratorio agudo severo, insuficiencia renal e incluso la muerte², sin embargo, existen casos asintomáticos, es decir no han experimentado ningún síntoma en absoluto.³

A partir del brote el gobierno Chino adoptó medidas para reducir el contagio por COVID-19 ¹, sin embargo, la enfermedad se ha propagado a otros países del mundo, es así, que el 11 de Marzo de 2020, la OMS declaró al COVID-19 como una pandemia e instó a los países a adoptar una estrategia integral para prevenir infecciones, salvar vidas y minimizar el impacto. Es importante resaltar que el Instituto Robert Koch, agencia del Gobierno alemán encargada del seguimiento y control del coronavirus en dicho país, señala que la pandemia podría prolongarse por dos años, sin embargo, este tiempo puede variar en función del desarrollo de una vacuna.⁴

En este contexto, el Gobierno Ecuatoriano a través del Ministerio de Salud Pública emitió el Acuerdo Ministerial N° 00126-2020 publicado en el Registro Oficial N°160 el 12 de Marzo de 2020, en el artículo 1 del mencionado acuerdo indica *“Declarar el Estado de Emergencia Sanitaria (...) por la inminente posibilidad del efecto provocado por el coronavirus COVID-19, y prevenir un posible contagio masivo en la población.”*; en el artículo 8 establece *“La Autoridad Sanitaria Nacional expedirá, en forma periódica, los lineamientos sanitarios y medidas de prevención de contagio del COVID-19 para eventos de afluencia masiva a fin de que las autoridades competentes procedan con las debidas regulaciones y controles de estos”*; finalmente en el artículo 13 señala *“La presente Declaratoria de Emergencia, tendrá una duración de sesenta (60) días, pudiendo extenderse en caso de ser necesario”*.

Ante la emergencia sanitaria, a través del Decreto Ejecutivo N° 1170 de 16 de marzo de 2020, el Presidente de la República del Ecuador, Lic. Lenin Moreno Garcés, declara el estado de excepción por calamidad pública en todo el territorio nacional, por los casos

de coronavirus confirmados y la declaración de pandemia de COVID-19 por parte de la Organización Mundial de la Salud; en el artículo 6 del mencionado Decreto establece: *“Se SUSPENDE la jornada presencial de trabajo comprendida entre el 17 al 24 de marzo de 2020, para todos los trabajadores y/o servidores y empleados del sector público y del sector privado (...).”*

El 02 de Abril de 2020, el Comité de Operaciones de Emergencias Nacional (COE-Nacional) establece entre sus resoluciones *“Suspensión de la jornada laboral presencial hasta el domingo 12 de abril (...) Habilitación de un semáforo con restricciones según las provincias que estén en rojo, naranja o verde, desde el 13 de abril del 2020”*

Mediante Acuerdo Ministerial Nro. 00009-2020, de 12 de mayo de 2020, el Ministerio de Salud Pública acuerda extender por treinta (30) días el Estado de Emergencia Sanitaria a partir de la finalización de la vigencia del Acuerdo Ministerial Nro. 00126-2020, de 11 de marzo de 2020, publicado en el Registro Oficial Suplemento No. 160 de 12 de marzo de 2020, pudiendo extenderse nuevamente la misma una vez concluida, en caso de ser necesario.

Mediante Decreto Ejecutivo N° 1052 del 15 de Mayo de 2020, el Presidente Constitucional de la República del Ecuador, Lic. Lenín Moreno Garcés, decreta renovar el estado de excepción por calamidad pública en todo el territorio nacional, por los casos de coronavirus confirmados y número de fallecidos a causa de la COVID-19 en Ecuador, que siguen representando un alto riesgo de contagio para toda la ciudadanía y generan afectación a los derechos de la salud y convivencia pacífica del estado. El estado de excepción regirá durante treinta días a partir de la suscripción del Decreto Ejecutivo.

Con este antecedente y conforme lo establece el Instrumento Andino de Seguridad y Salud en el Trabajo, Decisión 584, Obligaciones de los empleadores, artículo 11 Literal b): *“Identificar y evaluar los riesgos, en forma inicial y periódicamente, con la finalidad de planificar adecuadamente las acciones preventivas, mediante sistemas de vigilancia epidemiológica ocupacional específicos u otros sistemas similares, basados en mapa de riesgos”*; y lo señalado en el Reglamento de Seguridad y Salud de los Trabajadores y/o servidores y Mejoramiento del Medio Ambiente de Trabajo, Decreto Ejecutivo 2393, artículo 66. DE LOS RIESGOS BIOLÓGICOS. Numeral 2. *“Todo trabajador expuesto a virus, hongos, bacterias, insectos, ofidios, microorganismos, etc., nocivos para la salud, deberán ser protegidos en la forma indicada por la ciencia médica y la técnica en general”*; el empleador público y privado en coordinación con los responsables de la

gestión en prevención de riesgos laborales, salud en el trabajo, talento humano o quien hiciere sus veces, están llamados a cooperar en la adopción de las medidas de prevención y control durante la emergencia sanitaria nacional y posterior a ella, mediante la evaluación y control del riesgo a la exposición al virus SARS-CoV-2, pues el contacto con el virus no solo afecta a entornos de trabajo sanitarios si no también, no sanitarios.

2.- Objetivo

Establecer lineamientos básicos para la prevención y control de COVID-19 durante la jornada presencial de trabajo.

3.- Base Legal

- Ley Orgánica para la justicia laboral y reconocimiento del trabajo en el hogar, artículo 52.
- Instrumento Andino de Seguridad y Salud en el Trabajo, Decisión 584, Obligaciones de los empleadores, artículo 16.

4.- Fuentes de consulta

- Ministerio de Salud Pública (MSP). Ecuador
- Organización Mundial de la Salud (OMS)
- Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA). Estados Unidos
- Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA). Europa
- Instituto de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST). España

5. Desarrollo

Para reducir el riesgo de exposición al SARS-CoV-2, virus que causa la enfermedad COVID-19, los empleadores públicos y privados que cuenten con uno (1) a diez (10) trabajadores y/o servidores, y artesanos, deberán implementar las disposiciones señaladas en el Anexo 1 del presente documento.

Para empleadores públicos y privados, con más de diez (10) trabajadores y/o servidores, para reducir el riesgo de exposición al SARS-CoV-2, deberán considerar y aplicar en los centros y lugares de trabajo los lineamientos descritos en el presente documento.

5.1 Información sobre COVID-19

Generalidades:

- Periodo de incubación: El período de incubación del SARS-CoV-2 es de 1 a 14 días, principalmente de 3 a 7 días, pero podría variar de acuerdo a la susceptibilidad de cada persona. Es altamente contagioso durante el período de latencia⁵.
- Información actualizada sobre COVID-19:
 - **Nacional:**
 - <https://www.salud.gob.ec/coronavirus-covid-19/>
 - <https://www.gestionderiesgos.gob.ec/>
 - <https://www.trabajo.gob.ec>
 - <https://www.iess.gob.ec>
 - **Internacional:**
 - <https://www.ilo.org/global/lang--en/index.htm>
 - <https://www.who.int/home>
 - <https://www.paho.org/hq/index.php?lang=es>
 - <https://www.cdc.gov/>
 - <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19-pandemic>

Signos y Síntomas⁵:

- Malestar General
- Tos seca
- Fiebre
- Disnea (dificultad para respirar)
- Hallazgo radiológico: Infiltrados pulmonares bilaterales

El cuadro inicia con sintomatología respiratoria inespecífica que puede evolucionar a un cuadro más severo. En ocasiones se puede presentar otro tipo de sintomatología como digestiva o dérmica.

Modo de transmisión:

- Contacto cercano con una persona infectada a menos de 2 metros⁶.
- Por aire: A través de una persona infectada al toser o estornudar⁷.
- Tocar una superficie, un objeto o la mano de una persona infectada que haya sido contaminada con secreciones respiratorias y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.⁶

5.2 Trabajadores y/o servidores que no deben asistir al centro o lugar de trabajo

- Trabajadores y/o servidores con diagnóstico confirmado de COVID-19.
- Trabajadores y/o servidores que presenten sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con COVID-19, hasta descartar la confirmación de un caso positivo; y debe de manera inmediata y obligatoria contactarse con el 171 o con el responsable de salud en el trabajo, o quien hiciere sus veces en el centro o lugar de trabajo.
- Trabajadores y/o servidores que han estado en contacto estrecho o compartido un espacio físico sin guardar la distancia interpersonal (2 metros) con un caso confirmado de COVID-19, incluso en ausencia de síntomas, por un período de al menos 14 días, y debe de manera inmediata y obligatoria contactarse con el 171 o con el responsable de salud en el trabajo, o quien hiciere sus veces en el centro o lugar de trabajo. Durante ese período, el empleador dará seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad COVID-19.

5.3 Medidas de protección básicas

- Elaborar un protocolo para el ingreso y salida de los trabajadores y/o servidores de los centros de trabajo considerando: Resoluciones emitidas por el COE-Nacional, ordenanzas municipales, protocolos del Ministerio de Salud Pública, limpieza y desinfección de manos, ropa, calzado y detección de casos sospechosos, sin fomentar la estigmatización, ni la discriminación en el lugar de trabajo.
- Instruir a los trabajadores y/o servidores sobre el lavado frecuente de manos con agua y jabón líquido durante al menos 40 segundos, o limpieza de manos con un desinfectante a base de alcohol que contenga al menos 70% de alcohol. Esta medida aplicará también a clientes, visitantes, proveedores, contratistas, subcontratistas, etc. El empleador garantizará el suministro permanente de agua, jabón líquido, toallas secantes y desinfectantes para manos a base de alcohol en los centros y lugares de trabajo.

- Fomentar en los trabajadores y/o servidores buenas hábitos de higiene respiratoria: Al estornudar o toser cubrirse la nariz y boca con el codo flexionado, o con un pañuelo y desecharlo en un tacho de basura con funda, tapa y pedal⁸.⁹.
- No saludar de mano, besos o abrazos.
- Mantener distanciamiento físico de 2 metros⁹, para ello el empleador puede considerar teletrabajo, turnos de trabajo escalonados, reducción de operaciones, prestación de servicios a distancia, sustitución de reuniones presenciales por comunicaciones virtuales, distribución de máquinas y equipos, espacios en comedores, baños u otros.³
- Colocar en los centros y lugares de trabajo carteles y señalización que fomenten el correcto lavado de manos, higiene respiratoria, distanciamiento físico y otras medidas adoptadas por el empleador.
- Asegurar que en las áreas comunes (comedores, vestidores, baños, recepción, área de ingreso, ascensores etc.) se mantenga el distanciamiento físico de 2 metros y se ejecuten frecuentemente los procesos de limpieza y desinfección.
- Asegurar una correcta limpieza y desinfección rutinaria de las superficies, equipos y otros elementos del entorno de trabajo, con énfasis en aquellas superficies de contacto frecuente como manijas de puertas, barandillas, botones, etc. Es importante que en estas actividades se garantice la protección del trabajador o personal que realiza tareas de limpieza y desinfección,^{3,9} para ello se debe seguir las instrucciones del fabricante del producto de limpieza y desinfección (concentración, equipos de protección personal, método de aplicación, tiempo de contacto, almacenamiento, etc.).

Un estudio realizado sobre la persistencia de coronavirus en superficies inanimadas y su inactivación con agentes biocidas revela que los coronavirus pueden permanecer infecciosos en superficies inanimadas hasta por 9 días¹⁰, por lo tanto, la limpieza y desinfección de superficies en los centros de trabajo es muy importante. Para la limpieza se debe utilizar agua y jabón ya que de esta forma se elimina gérmenes, suciedad e impurezas, posterior a la limpieza se realizará la desinfección; para esta actividad se puede utilizar:

- Cloro de uso doméstico diluido (al menos 1000 ppm de hipoclorito de sodio)¹¹ es decir 0,1% de hipoclorito de sodio¹⁰ y dejarlo actuar al menos 1 minuto, ventilar el área durante y después de la aplicación. Para

preparar la solución de cloro mezclar 5 cucharadas de cloro doméstico por galón de agua.¹¹

- Amonio cuaternario¹²
- Alcohol al 70%¹²
- Etanol entre el 62% al 71% y dejarlo actuar 1 minuto.¹⁰

En la desinfección no se deberá mezclar cloro con amoníaco ni otros productos de limpieza. El cloro en las diluciones indicadas será efectivo contra los coronavirus siempre y cuando no esté caducado.

- Evitar en la medida de lo posible, que los trabajadores y/o servidores utilicen los teléfonos, escritorios, oficinas u otras herramientas y equipos de trabajo de sus compañeros de labores.³ Si es necesario, limpiar y desinfectar antes y después de su uso.
- Para garantizar el acceso del personal de forma segura y protegida, en el caso de transportes institucionales y empresariales, las unidades deben aplicar los procesos de limpieza y desinfección, de acuerdo con lo establecido en el “Protocolo de Limpieza y Desinfección de Unidades de Transporte Público” emitido por la Agencia Nacional de Tránsito.
- Mantenerse informado y actualizado sobre las medidas de prevención y control de la enfermedad COVID-19 mediante canales oficiales nacionales o internacionales.

5.4 Evaluación de riesgo de exposición al SARS-CoV-2, virus que causa la enfermedad COVID-19

Los responsables de prevención de riesgos laborales y salud en el trabajo realizarán una evaluación del riesgo de exposición al SAR-CoV-2 por puesto de trabajo y determinarán el nivel de riesgo que dependerá del tipo de industria. Para ello, se podrá considerar la clasificación del nivel de riesgo establecido por la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) de Estados Unidos, la cual ha dividido las tareas de trabajo en cuatro niveles de exposición al riesgo³:



Fig. 1. Nivel de riesgo ocupacional. Fuente: OSHA³

Riesgo muy alto de exposición

Los trabajadores y/o servidores en esta categoría incluyen:

- “Trabajadores y/o servidores del cuidado de la salud (por ejemplo, doctores, enfermeras(os), dentistas, paramédicos, técnicos de emergencias médicas) realizando procedimientos generadores de aerosol (por ej. Entubación, procedimientos de inducción de tos, broncoscopias, algunos procedimientos y exámenes dentales o la recopilación invasiva de especímenes) en pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19”.³
- “Personal del cuidado de la salud o de laboratorio recopilando o manejando especímenes de pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19 (por ej. Manipulación de cultivos de muestras de pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19)”.³
- “Trabajadores y/o servidores de morgues que realizan autopsias, lo cual conlleva generalmente procedimientos generadores de aerosol, en los cuerpos de personas que se conoce o se sospecha que portaban el COVID-19 al momento de su muerte”.³

Riesgo alto de exposición

Los trabajadores y/o servidores en esta categoría incluyen:

- “Personal de apoyo y atención del cuidado de la salud (por ej. Doctores, enfermeras(os) y algún otro personal de hospital que deba entrar a los cuartos

de los pacientes) expuestos a pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. (Nota: cuando estos trabajadores y/o servidores realizan procedimientos generadores de aerosol, su nivel de riesgo de exposición se convierte en muy alto)".³

- “Trabajadores y/o servidores de transportes médicos (por ej. Operadores de ambulancias) que trasladan pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19 en vehículos encerrados”.³
- “Los trabajadores y/o servidores mortuorios involucrados en la preparación (por ej. Para entierro o cremación) de los cuerpos de personas que se conoce o se sospecha que portaban el COVID-19 al momento de su muerte”.³

Riesgo medio de exposición

Los trabajadores y/o servidores en esta categoría incluyen:

“Los trabajos con riesgo medio de exposición incluyen aquellos que requieren un contacto frecuente y/o cercano (por ej. Menos de 1,8 metros de distancia) con personas que podrían estar infectadas con el SARS-CoV-2, pero que no son pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. En áreas con una transmisión comunitaria en progreso, los trabajadores y/o servidores en este grupo de riesgo podrían tener contacto frecuente con viajeros que podrían estar regresando de lugares internacionales donde exista una transmisión generalizada del COVID-19. En áreas donde con una transmisión comunitaria en progreso, los trabajadores y/o servidores en esta categoría podrían estar en contacto con el público en general (por ej. En escuelas, ambientes de trabajo de alta densidad poblacional y algunos ambientes de alto volumen comercial)”.³

Riesgo bajo de exposición (de precaución)

Los trabajadores y/o servidores en esta categoría incluyen:

“Los trabajos con un riesgo de exposición bajo (de precaución) son aquellos que no requieren contacto con personas que se conoce o se sospecha que están infectados con el SARS-CoV-2 ni tienen contacto cercano frecuente (por ej. Menos de 1,8 metros de distancia) con el público en general. Los trabajadores y/o servidores en esta categoría tienen un contacto ocupacional mínimo con el público y otros compañeros de trabajo”.³

Una vez determinado el nivel de riesgo de exposición al SARS-CoV-2, los responsables de prevención de riesgos laborales y salud en el trabajo a más de la implementación de las medidas de prevención básicas establecidas en la presente guía, deberán adoptar medidas de prevención y control que estimaren convenientes considerando la siguiente jerarquía de control:

- Control de ingeniería (Ejemplo: cubiertas protectoras plásticas transparentes, etc.).
- Control administrativo (Ejemplo: Información a trabajadores y/o servidores, limitar el acceso de clientes, teletrabajo, etc.).
- Equipo de protección personal

5.5 Prevención de riesgo psicosocial

Una epidemia o pandemia genera un riesgo psicosocial elevado debido al número de contagios, muertes y pérdidas económicas¹³. La evidencia científica muestra que el brote de la enfermedad COVID-19 conduce a problemas de salud como estrés, ansiedad, síntomas depresivos, insomnio, negación, ira y miedo.¹⁴⁻¹⁶

En este contexto, el empleador, responsables de prevención de riesgos laborales y salud en el trabajo deberán elaborar e implementar un protocolo de prevención de riesgos psicosociales frente al COVID-19, el cual incluirá las consecuencias sociales y de salud mental que podría acarrear un caso de COVID-19 en el lugar de trabajo¹⁷, así como las medidas de control, mitigación del riesgo psicosocial generado por la pandemia y derivación de los trabajadores y/o servidores que requieran atención de salud mental; en el mencionado protocolo se considerará a los trabajadores y/o servidores que laboran de forma presencial en los centros de trabajo como los que se han acogido a la modalidad de teletrabajo¹⁸.

El Ministerio de Salud Pública ha publicado los documentos: *“Protocolo de prevención del riesgo psicosocial en intervinientes operativos y administrativos en COVID -19”*¹⁹ y el *“Protocolo para atención teleasistida de salud mental en COVID – 19”*²⁰; la Sociedad Médica Ecuatoriana de Salud Ocupacional, Asociación de profesionales de Seguridad y Salud en el trabajo, Sociedad Ecuatoriana de Medicina del Trabajo con la participación de universidades del país han publicado *“Guía de acción multidisciplinaria en el ámbito laboral frente a Covid-19 Ecuador V 2.0” sección Psicosociología Laboral*; los documentos antes descritos contienen medidas que pueden ser considerados como

fuentes de consulta para la elaboración del protocolo de prevención de riesgos psicosociales frente a COVID-19, sin embargo, el empleador, responsables de prevención de riesgos laborales y salud en el trabajo pueden tomar como referencia documentos nacionales o internacionales emitidos o avalados por organismos competentes en la materia, para prevenir los riesgos psicosociales en los trabajadores y/o servidores en el contexto de la pandemia.

5.6 Protección a grupos prioritarios y en condiciones de vulnerabilidad

Los responsables de prevención de riesgos laborales y salud en el trabajo deben evaluar los factores de riesgo individual de los trabajadores y/o servidores que pertenecen a los grupos de atención prioritaria y en condiciones de vulnerabilidad con documentación que respalde su condición: personas mayores a 60 años, mujeres embarazadas y en periodo de lactancia, personas con discapacidad, personas con enfermedades catastróficas, raras, huérfanas o de alta complejidad, personas con trastornos inmunitarios; y aquellas personas consideradas como personal sustituto o a cargo de personas con discapacidad, enfermedades crónicas, enfermedades catastróficas o al cuidado de niños en etapa escolar²¹. El teletrabajo debe ser prioritario para las personas que pertenecen a los grupos antes mencionados.

Los trabajadores y/o servidores considerados en los grupos de atención prioritaria y en condiciones de vulnerabilidad, podrán acudir a trabajar de forma presencial en caso de que su actividad no se la pueda ejecutar mediante teletrabajo, solamente posterior a la evaluación del responsable de salud en el trabajo y bajo criterio médico, quién emitirá el dictamen de que pueden asistir a laborar de forma presencial, caso contrario recomendará continuar en teletrabajo. Así mismo, los trabajadores y/o servidores que pertenecen a los grupos de atención prioritaria y en condiciones de vulnerabilidad, cuya condición no represente probabilidad de contagio de la COVID-19, de acuerdo con una evaluación previa del responsable de salud en el trabajo, podrán contar con autorización para realizar jornada presencial de trabajo.

5.7 Manejo de trabajadores y/o servidores con casos sospechoso, probable y confirmado de COVID-19

Previo al manejo de trabajadores y/o servidores con caso sospechoso, probable y confirmado de COVID-19 en los centros y lugares de trabajo, es importante considerar las siguientes definiciones⁵:

Caso Sospechoso

- 1.- Un paciente con enfermedad respiratoria aguda (fiebre y al menos un signo / síntoma de enfermedad respiratoria; por ejemplo: tos, dificultad para respirar), y un historial de viaje o residencia en un país o una localidad del Ecuador, que informa transmisión comunitaria de la enfermedad COVID-19, durante los 14 días antes del inicio de los síntomas;
2. Un paciente con alguna enfermedad respiratoria aguda y que haya estado en contacto con un caso COVID-19 confirmado o probable (ver definición de contacto cercano) en los últimos 14 días antes del inicio de los síntomas;
3. Un paciente con enfermedad respiratoria aguda grave (fiebre y al menos un signo / síntoma de enfermedad respiratoria; por ejemplo: Tos, dificultad para respirar; y que requiere hospitalización) y en ausencia de un diagnóstico etiológico confirmado que explique completamente la presentación clínica.

Caso Probable:

1. Un caso sospechoso para quien las pruebas de laboratorio (RT-PCR) para el virus COVID-19, no son concluyentes o dudoso, y no se pudo concluir con la investigación (2da muestra que solicita laboratorio) o fallece.
2. Un caso sospechoso para quien las pruebas de laboratorio (RT-PCR) no pudieron realizarse por algún motivo (Estos podrían ser fallecidos que no se logró tomar muestra).

Caso Confirmado:

Una persona con prueba de laboratorio (RT-PCR) COVID-19 positiva para infección, independientemente de los signos y síntomas clínicos.

¿Qué hacer si un trabajador se enferma y cree que ha sido expuesto al SARS-CoV-2, virus que causa la enfermedad COVID-19?

- Seguir los lineamientos establecidos por el Ministerio de Salud Pública sobre los criterios de exposición al SARS-CoV-2.
- Si un trabajador enferma en el lugar de trabajo y hay razones para sospechar que puede haber entrado en contacto con COVID-19, el trabajador enfermo debe ser evaluado por el responsable de vigilancia de salud de la empresa o institución, o el empleador deberá llamar a la línea gratuita 171 o 911 para que un médico evalúe el caso. Mientras se espera la atención de la línea gratuita 171 o 911 el trabajador enfermo deberá ser trasladado a una área que esté al menos a 2 metros de distancia de otras personas, no debe tocar las superficies u objetos y debe cubrirse la boca y nariz. De ser posible, busque una habitación o área en la que se pueda aislar tras una puerta cerrada, como un despacho. Si es posible abrir una ventana, hágalo para ventilar.
- Si se confirma que un trabajador y/o servidor tiene COVID-19, los empleadores deben informar a sus compañeros de su posible exposición a COVID-19 en el lugar de trabajo, pero manteniendo la confidencialidad.
- Los trabajadores y/o servidores expuestos a un compañero de trabajo con COVID-19 confirmado deben recibir instrucciones sobre lo que deben hacer de acuerdo con los lineamientos establecidos por las autoridades de gobierno.
- El empleador deberá garantizar la limpieza y desinfección de los espacios laborales donde se sospeche o confirme la existencia de casos de COVID-19.
- Los trabajadores y/o servidores que se encuentren bien pero que tengan un familiar enfermo en casa con COVID-19 deben notificarlo a su empleador y seguir los consejos de las autoridades de gobierno sobre cómo evaluar su posible exposición y las medidas a adoptar.

6. Recomendaciones

- El empleador, los responsables de prevención de riesgos laborales y salud en el trabajo deberán actualizar las medidas de prevención y control de COVID-19 indicadas en la presente guía, conforme las disposiciones emitidas por las autoridades de gobierno e información técnica publicada por organismos nacionales e internacionales reconocidos (Por ejemplo: OMS, Organización Internacional de Trabajo, INSST, OSHA, EU-OSHA, entre otros).
- Socializar las medidas de prevención y control de COVID-19 a los trabajadores y/o servidores, proveedores, contratistas, subcontratistas, clientes, etc.

- Mantener las medidas de prevención y protección establecidas por la empresa a fin de evitar accidentes y enfermedades profesionales considerando todos los riesgos laborales identificados en los puestos de trabajo.
- El empleador deberá diseñar e implementar los formatos y registros que evidencien el cumplimiento de los lineamientos establecidos la presente guía.

7. Anexo I

N°	Actividades
1	Elaborar y socializar a los trabajadores y/o servidores un documento informativo sobre: Generalidades, signos, síntomas y modo de transmisión de la enfermedad COVID-19
2	Adoptar las medidas señaladas en los numerales 5.2 y 5.3 del presente documento.
3	Realizar la evaluación de riesgo de exposición al SARS-Co V-2, virus que causa la enfermedad COVID-19 por puesto de trabajo (Muy alto, alto, medio, bajo). Esta evaluación podrá tomar como referencia lo señalado en el numeral 5.4 del presente documento e implementar medidas de prevención y protección adecuadas.
4	Elaborar y socializar a los trabajadores y/o servidores un documento informativo para la prevención de riesgos psicosociales frente a COVID-19, el cual incluirá las siguientes recomendaciones¹⁹: • Separar momentos en la jornada de trabajo para estar solo, tomar conciencia de las emociones y traer la mente al momento presente. • Reconoce y acepta tus emociones, eres persona, recuerda que las emociones que sientes hoy, son por una situación que no depende de ti, sólo aprende a regularlas. • Realiza ejercicios de respiración controlada. • Cuando llegues a casa, cumple con normas de bioseguridad antes de entrar para cuidar la salud de tu familia y tus seres queridos. • Cuando llegues a tu casa desconéctate del trabajo y asegúrate de separar un tiempo para realizar actividades que te resulten placenteras (leer un libro, cantar, bailar, jugar, compartir con tu familia, etc.) • Si realizas teletrabajo, separa el tiempo de trabajo del tiempo para ti y tu familia, manteniendo la disciplina en casa de lavarse las manos. • El estado de ánimo positivo ayudará a que tu sistema inmune se proteja, mientras está demostrado que los pensamientos negativos deprimen tu sistema inmune y lo vuelve débil frente a cualquier virus. • Mantén en lo posible una adecuada higiene de sueño y alimentación. • Evita conductas dañinas consumir tabaco y/o alcohol. • Realiza ejercicio y toma mucha agua. • Utiliza fuentes oficiales para ponerte al día sobre la emergencia, una vez al día es suficiente.
5	Identificar los trabajadores y/o servidores que pertenecen a grupos de atención prioritaria y en condiciones de vulnerabilidad conforme lo señalado en el punto 5.6 de la presente guía, y fomentar el teletrabajo.

6	Identificar los casos sospechosos, probables y confirmados de COVID-19 y adoptar las recomendaciones indicadas en el numeral 5.7 del presente documento. En caso de detectarse un caso sospechoso en un trabajador, el empleador deberá llamar al 171 o 911 de conformidad con los lineamientos establecidos por el COE-Nacional o Ministerio de Salud Pública.
7	Los documentos informativos deberán socializarse a los trabajadores y/o servidores a través de medios electrónicos, folletos, carteleros u otros en los centros y lugares de trabajo.

8.-Referencias

1. Prem K, Liu Y, Russell TW, Kucharski AJ, Eggo RM, Davies N, et al. The effect of control strategies to reduce social mixing on outcomes of the COVID-19 epidemic in Wuhan, China: a modelling study. Lancet Public Health. 2020.
2. Organización Mundial de la salud (OMS). Coronavirus.[Internet].[Citado 02 de Abril de 2020]. [aprox. 2 pantallas]. Disponible en: <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>.
3. Administración de Seguridad y Salud Ocupacional. (OSHA).Guía sobre la preparación lugares de trabajo para COVID-19. OSHA 3990-03 2020.
4. Europapress. Alemania advierte de que la pandemia del coronavirus podría prolongarse por "un periodo de dos años". [Internet]. [Citado 06 de Abril de 2020]. Disponible en: <https://www.europapress.es/internacional/noticia-alemania-advier-pandemia-coronavirus-podria-prolongarse-periodo-dos-anos-20200317140444.html>.
5. Ministerio de Salud Pública (MSP).CONSENSO MULTIDISCIPLINARIO INFORMADO EN LA EVIDENCIA SOBRE EL TRATAMIENTO DE COVID-19. MTT2-PRT-0014. [versión 5.0]. [Internet].[Citado el 22 de Mayo 2020].
6. Agencia Europea para la seguridad y la Salud en el Trabajo. COVID-19: Guidance for the workplace. [Internet]. [Citado 03 de Abril de 2020]. [aprox. 2 pantallas]. Disponible en: https://oshwiki.eu/wiki/COVID-19:_orientaci%C3%B3n_para_el_lugar_de_trabajo.
7. Ministerio del Trabajo.Ministerio de Salud Pública.Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social.Directrices para la prevención y protección de los trabajadores y servidores públicos frente al coronavirus (COVID-19) dentro de los espacios laborales.
8. Organización Mundial de la Salud (OMS). Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): Orientaciones para el público. [Internet]. [Citado 03 de Abril de 2020]. [aprox. 2 pantallas]. Disponible en: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>.
9. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST). Procedimiento de la actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2. 30 de Marzo 2020.
10. Kampf G, Todt D, Pfaender S, Steinmann E. Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents. J Hosp Infect. 2020;104(3):246-51.
11. Centro para el control y la prevención de enfermedades. (CDC). Limpieza y desinfección para hogares. [Internet]. [Citado el 09 de abril de 2020]. Disponible en: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html>.

12. Ministerio de Turismo del Ecuador. Protocolo para establecimientos de alojamiento turísticos en posibles casos sospechosos de COVID-19. [Internet]. [Citado el 09 de Abril de 2020]. Disponible en: <https://www.turismo.gob.ec/wp-content/uploads/2020/03/Protocolo-COVID19-Alojamientos-Turisticos.pdf>.
13. Organización Panamericana de Salud. (OPS). Protección de la salud mental en situaciones de epidemias. [Internet]. [Citado el 07 de abril de 2020]. Disponible en: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/Pandemia%20de%20influenza%20y%20Salud%20mental%20Esp.pdf>.
14. Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. Int J Soc Psychiatry. 2020;20764020915212.
15. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(5).
16. Jung SJ, Jun JY. Mental Health and Psychological Intervention Amid COVID-19 Outbreak: Perspectives from South Korea. Yonsei Med J. 2020;61(4):271-2.
17. Organización Mundial de la Salud (OMS). Prepare su lugar de trabajo para la COVID-19. [Internet]. [Citado 07 de Abril de 2020]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/prepare-su-lugar-trabajo-para-covid-19>.
18. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. (INSST). Prevención de riesgos psicosociales en situación de trabajo a distancia debida al COVID-19. Recomendaciones para el empleador. [Internet]. [Consultado el 07 de Abril de 2020]. Disponible en <https://www.insst.es/documents/94886/712882/Riesgos+psicosociales+y+trabajo+a+distancia+por+Covid-19.+Recomendaciones+para+el+empleador.pdf/70cb49b6-6e47-49d1-8f3c-29c36e5a0d0f>.
19. Ministerio de Salud Pública. (MSP). Protocolo de prevención del riesgo psicosocial en intervinientes operativos y administrativos en COVID -19. [Internet]. [Citado el 08 de abril de 2020]. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/documentos-normativos-covid-19-ecuador/>.
20. Ministerio de Salud pública. (MSP). Protocolo para atención teleasistida de salud mental en COVID-19. [Internet]. [Citado 09 de abril de 2020]. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/documentos-normativos-covid-19-ecuador/>.
21. COE-Nacional. Mesa Técnica de Trabajo 6. GUÍA Y PLAN GENERAL PARA EL RETORNO PROGRESIVO A LAS ACTIVIDADES LABORALES. [Versión 6.1]. [Citado el 22 de Mayo de 2020].