

ANEXO II

PROTOCOLO PARA LA PREVENCIÓN DE CONTAGIO POR COVID-19 EN MI NEGOCIO G TRAVEL DMC

1. Datos sobre el COVID-19

La enfermedad producida por el SARS CoV-2 se ha denominado COVID-19. El cuadro clínico se caracteriza por fiebre alta, tos y dificultad para respirar.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Algunos de los síntomas del COVID-19 son:

- Fiebre arriba 37.5 grados.
- Tos.
- Dolor corporal.
- Dolor de cabeza.
- Pérdida del gusto.
- Pérdida del olfato.
- Insuficiencia respiratoria.

En casos más graves, la infección puede causar neumonía o dificultades respiratorias. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha declarado que esta enfermedad puede ser mortal. Sus síntomas son similares a los de la gripe, el dengue o el resfriado común, que son mucho más frecuentes que el COVID-19. Por este motivo, para saber si una persona padece de COVID-19 es necesario realizar una prueba médica.

¿Cómo se contagia el COVID-19?

El virus se transmite por el contacto directo con personas infectadas, que, al hablar, toser o estornudar, expulsan gotas de saliva que se esparcen en el ambiente y llegan a otras personas. Además, un individuo puede contraer el virus al tocar superficies contaminadas y luego tocarse la cara (por ejemplo, los ojos, la nariz o la boca). El virus COVID-19 puede sobrevivir en una superficie varias horas e incluso días.

Es por eso, que es importante no apoyarse en paredes o estructuras cercanas ya que el virus puede estar ahí presente ya que su tiempo de vida es prolongado (superior a las 8-12 horas hasta 5 días, esto dependiendo del material).



Imagen 1 & 2. Duración del COVID-19 en superficies.

¿Quién corre más riesgo?

Cada día obtenemos nueva información acerca de cómo afecta el COVID-19. Las personas de edad avanzada mayor a 65 años, así como las que padecen alguna comorbilidad tal como diabetes, hipertensión, obesidad, enfermedades autoinmunes (cáncer, lupus, leucemia, VIH, entre otros) y enfermedades del corazón entre otras, corren un mayor riesgo de desarrollar síntomas graves.

Cualquier persona puede infectarse, independientemente de su edad.

¿Existe algún tratamiento para el COVID-19?

POR EL MOMENTO NO EXISTE UNA VACUNA NI UN TRATAMIENTO PARA EL COVID-19. Sin embargo, se pueden tratar muchos de sus síntomas, y se cree que acudir lo antes posible a un profesional de la salud puede minimizar el peligro de la enfermedad.

2. Medidas de prevención

Este protocolo indica las acciones propuestas para evitar el contagio dentro y fuera del negocio, las cuales se enlistan a continuación.

2.1 Medidas generales

- Cubre bocas.
- Caretas.
- Gel antibacterial 70% alcohol.
- Cloro.
- Atomizadores.
- Lava mano y papel toalla desechable
- Charolas de plástico.
- Jabón antibacterial.
- Termómetro digital personal.
- Señalizaciones.

2.2 Medidas para la prevención de contagio dentro del negocio.

1. El personal deberá llegar al negocio portando su cubre bocas y su careta facial.
2. El personal laborará de manera paulatina, rotando días laborales en donde el máximo de personas serán 3.
3. Antes de ingresar al negocio se deberá lavar las manos en el contenedor de agua con solución clorada (La composición de esta solución debe de ser cuatro partes de agua por una de cloro) y pasar por la charola de sanitización de calzado (La composición de esta solución debe de ser cuatro partes de agua por una de cloro), así como tomarse la temperatura con su termómetro

digital personal, y en caso de que alguno presente un valor superior al 37.5, deberá ser reportado de inmediato.

4. Se aplicará un cuestionario de forma individual, para determinar si su estado de salud es satisfactorio y proceda su ingreso.

El cuestionario deberá contener las siguientes preguntas

- ¿Tiene tos que no pueda atribuir a otra condición médica?
- ¿Tienes dolor de garganta?
- ¿Tienes dolor de cuerpo?
- ¿Tiene dificultad para respirar que no pueda atribuir a otra condición médica?
- ¿Has perdido el sentido del gusto o el olfato?
- ¿Has tenido contacto con alguna persona que haya sufrido alguno de estos síntomas o haya tenido COVID-19 en los últimos 14 días?

En caso de haber contestado que si a alguna de las preguntas, se aplicarán las medidas expuestas en el punto **2.7 Medidas en caso de que un empleado presente síntomas** y brindará cubre boca en caso de no contar con equipo de seguridad e higiene, esto con el fin de evitar la propagación del virus entre la población.

5. Al ingresar a las instalaciones, todos los empleados; tanto operativos como administrativos, deberán lavarse las manos con agua y jabón antibacterial, durante un periodo de al menos 20 segundos, incluyendo las muñecas.

Imagen 3 ¿Cómo lavarse las manos? – Organización Mundial de la Salud

¿Cómo lavarse las manos?

⌚ 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 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.



Vídeo ilustrativo <https://www.youtube.com/watch?v=4nWyxRCRVNs>

6. La Ropa de Trabajo y el Equipo de Protección Personal (EPP) en su caso, deberán ser utilizados durante toda la jornada de trabajo. **El uso de cubre bocas y careta será obligatorio.** El comité de seguridad e higiene proporcionará de forma diaria suficientes cubre bocas nuevas.
7. Se debe evitar el saludar de mano a sus compañeros (evitar contacto).
8. Se recomienda que el empleado tenga el pelo recogido, y evite el uso de relojes ó joyería.
9. Queda estrictamente prohibido **ESCUPIR** en cualquier área de trabajo; ya que al **ESCUPIR** se expulsa saliva con bacterias y virus.
10. Al tratar de estornudar o toser, cubrirse la boca y nariz con el ángulo interno del brazo o utilizar un pañuelo desechable y desecharlo de inmediato.
11. Mantener la sana distancia en todo momento, esto implica mantener una distancia de mínimo 1.5 metros entre cada empleado.
12. Mantener limpios y desinfectados los objetos que se tocan a menudo. (Herramientas, celulares, escritorios, teclados, manijas, interruptores de luz, perillas y vaciar los botes de basura utilizando guantes.) Su limpieza debe de ser con la solución agua con cloro. La composición de esta debe de ser cuatro partes de agua por una de cloro.
13. Mantener ventiladas las oficinas, de preferencia puertas y ventanas abiertas.
14. Evitar tocarse la nariz, ojos y boca con las manos.
15. Durante la hora de comida respetar la sana distancia de al menos 1.5 metros, de ser posible ingerir sus alimentos en su módulo de trabajo.
16. Lavarse las manos o en su defecto usar gel antibacterial con un contenido de alcohol mínimo del 70% cada hora o al terminar una actividad.
17. Los baños deben ser lavados y sanitizados por el personal cada vez que se haga uso de estos a lo largo de la jornada.

18. Evitar el contacto con personas que presenten síntomas de resfriado o gripe.
19. Es responsabilidad de todo el personal supervisar y retroalimentar a los colaboradores en la aplicación de estas medidas.
20. Se realizarán pláticas de capacitación y adiestramiento para el personal, así como se montará en el pizarrón las indicaciones, señalamientos y recomendaciones por parte del negocio y de la Secretaría de Salud.
21. Para la atención al cliente se deberán realizar las adecuaciones y señalizaciones necesarias para mantener en todo momento la sana distancia entre empleados, entre empleados y cliente. Ello incluye la instalación de mamparas, señalizaciones en el piso, letreros con indicaciones precisas.

2.3 Medidas de prevención fuera del negocio.

2.3.1 Medidas de prevención ruta casa-trabajo.

1. Usar ropa de manga larga.
2. Llevar consigo cubre boca en todo momento, así como gel antibacterial de al menos 70% alcohol en todo momento. Se recomienda de forma opcional el uso de guantes de látex y lentes.
3. Si utiliza vehículo, queda prohibido viajar con más de una persona. Esta debe de estar sentada en la parte trasera del lado del acompañante. Si utiliza moto, queda estrictamente prohibido dar aventones o viajar con alguien más.
4. En caso de usar transporte público, usar en todo momento los cubre boca y/o careta y exigir sana distancia.
5. Al realizar pagos en efectivo (En caso de recibir pago alguno, éste deberá de ser guardado en una bolsa para su posterior sanitización).

2.3.2 Medidas de prevención ruta trabajo-casa

1. Llevar consigo cubre boca, gel antibacterial y utilizarlo constantemente en lugares donde no sea posible lavarse las manos, como es el transporte público. Se recomienda de manera opcional el uso de guantes de látex y lentes.
2. Al regresar a sus hogares, retirarse calzado, ropa y guardarla en una bolsa. Está ropa deberá de ser lavada de forma inmediata.
3. El calzado debe ser lavado con la solución agua con cloro (siendo cuatro partes de agua y una de cloro) ya sea en las suelas y dejarlo afuera o limpiarlo por completo para que ingrese a la casa.
4. Limpiar con la misma solución celular, cartera, dinero, todo aquello que lleve consigo.
5. Tomar una ducha de inmediato.
6. Mantenerse en casa, salir solo para lo esencial.
7. Deberán sanitizar con la solución agua con cloro todo lo que vaya a ingresar a sus hogares. Esto incluye el ingreso de víveres a domicilio. Tanto las frutas, verduras o productos empaquetados pueden traer consigo el virus. Se recomienda usar con esta clase de productos la solución cloro con agua, en caso de las frutas y verduras. Lavarlas de inmediato con agua y jabón, el virus posee una delgada capa de grasa por lo que, al tener contacto con esa mezcla, este muere de forma inmediata.
8. Deberán mantener limpios y desinfectados todos los objetos que se tocan constantemente (Llaves, celulares, manijas, volante del auto, palanca de velocidades, etc.)
9. Mantener la sana distancia.
10. Evitar tener contacto con personal que presenten síntomas de gripe o resfriado.
11. Evitar visitas sociales o reuniones y cuidar a los adultos mayores, recordemos que son un grupo vulnerable.

12. Tratar de evitar recibir o realizar pagos en efectivo (En caso de recibir pago alguno, éste deberá de ser guardado en una bolsa para su posterior sanitización).
13. Evitar ir a bancos y otras instituciones públicas a realizar depósitos, pagos de haberes y otros trámites. Se recomienda hacerlos vía electrónica ya sea en las páginas oficiales o en las aplicaciones desarrolladas para teléfonos celulares.

2.4 Medidas de prevención para la recepción de visitantes, proveedores y paquetería.

1. Antes de ingresar al negocio se deberá reportar la llegada y autorizar el ingreso de una persona ajena. El número máximo de visitantes serán 2, manteniendo su sana distancia y protocolo de higiene.
2. Tanto proveedores y visitantes deberán portar obligatoriamente cubre bocas durante su llegada, estancia y salida del negocio. De igual manera deben pasar por el filtro sanitizante antes de ingresar al negocio se deberá lavar las manos en el contenedor de agua con solución clorada y pasar por la charola de sanitización de calzado y hacer uso del gel antibacterial.
3. Una vez aprobado el ingreso, se medirá la temperatura de quien solicite ingresar, ya sea visitantes o proveedores; en caso de que presenten temperatura alta o algún síntoma de resfriado o gripe, se le negará el acceso.
4. Se aplicará cuestionario para determinar si su estado de salud es satisfactorio y proceda a su ingreso.

El cuestionario deberá contener lo siguiente

- ¿Tiene tos que no pueda atribuir a otra condición médica?
- ¿Tienes dolor de garganta?
- ¿Tienes dolor de cuerpo?
- ¿Tiene dificultad para respirar que no pueda atribuir a otra condición médica?
- ¿Has perdido el sentido del gusto o el olfato?

- ¿Has tenido contacto con alguna persona que haya sufrido alguno de estos síntomas o haya tenido COVID-19 en los últimos 14 días?

En caso de haber contestado que si a alguna de las preguntas, se le negará el acceso de forma rotunda a las instalaciones. Y brindará cubre boca en caso de no contar con equipo de seguridad e higiene, esto con el fin de evitar la propagación del virus entre la población.

5. Se deberá adiestrar a quien solicite el acceso, las medidas de prevención de contagios y se le instruye lavarse las manos en el área destinada para ello, suelas de los zapatos y NO saludar de mano a ningún empleado (evitar contacto), mantener la sana distancia y demás recomendaciones.
6. Todo el material que llegue debe ser desinfectado previo a su ingreso y descenso.
7. Para la recepción de mercancías el personal asignado, deberá tomar las siguientes medidas adicionales.
 - Usar cubre bocas.
 - Usar careta protectora
 - Antes de ingresar alguna unidad con material, esta deberá ser desinfectada utilizando el aspersor con la solución de cuatro partes de agua con una de cloro.
 - Deberá asignarse un área para la descarga del material y evitar el personal que no cuente con el equipo de protección se acerque.
 - Al descargar el material este deberá ser desinfectado previo a su almacenaje.
 - Una vez terminada la actividad se deberá desechar el equipo utilizado y desinfectar el aspersor.

2.5 Medidas de prevención para entrega de mercancía

1. Se aplicarán las medidas establecidas en el punto **2.4 Medidas de prevención para la recepción de visitantes, proveedores y paquetería.**
2. Tratar de evitar recibir o realizar pagos en efectivo (En caso de recibir pago alguno, éste deberá de ser guardado en una bolsa para su posterior sanitización).

3. El producto a entregar será sanitizado con la solución agua con cloro y empaquetado para mayor seguridad.
4. Evitar contacto con el cliente.

2.6 Medidas de prevención por parte de la Secretaría de Salud.

SALUD SECRETARÍA DE SALUD | **DGE** DIRECCIÓN GENERAL DE EPIDEMIOLOGÍA | **INDRE** INSTITUTO DE DIAGNÓSTICO Y REFERENCIA EPIDEMIOLÓGICOS

PROTOCOLO PARA SALIR DE CASA

ACCIONES FRENTE AL COVID-19

1. Al salir, usa ropa de manga larga
2. Recógete el pelo, no llesves aretes, pulseras, o anillos
Te tocarás menos la cara
3. Si tienes mascarilla, pónstela al final, justo antes de salir
4. Intenta no usar el transporte público
5. Si vas con tu mascota, procura que no se roce con superficies en el exterior
6. Lleva pañuelos desechables, úsalos para cubrir tus dedos al tocar superficies
7. Arruga el pañuelo y tíralo en una bolsa cerrada al basurero
8. Si toses o estornudas, utiliza el ángulo interno del brazo
9. Intenta no pagar en efectivo, en caso de utilizar efectivo desinfecta tus manos
10. Lávate las manos después de tocar cualquier objeto y superficie o lleva gel desinfectante
11. No te toques la cara hasta que tengas las manos limpias
12. Mantente a distancia de la gente (1.5 m)

Imagen 4. Protocolo para salir de casa. Acciones frente al COVID-19. Secretaría de Salud.

Imagen 5. Protocolo al entrar en casa. Secretaría de Salud.

SALUD | **DGE** | **INDRE**
SECRETARÍA DE SALUD | DIRECCIÓN GENERAL DE EPIDEMIOLOGÍA | INSTITUTO DE DIAGNÓSTICO Y REFERENCIA EPIDEMIOLÓGICOS

PROTOCOLO AL ENTRAR EN CASA

ACCIONES FRENTE AL COVID-19

- Al volver a casa intenta no tocar nada
- Quítate los zapatos, límpialos y ponte pantunflas o sandalias
- Desinfecta las patas de tu mascota si la estabas paseando
- Quítate la ropa exterior y métela a una bolsa para lavar
Recomendable con cloro y agua caliente
- Deja bolso, cartera, llaves, etc. en una caja en la entrada
- Báñate o si no puedes, lávate bien todas las zonas expuestas
Manos, muñecas, cara, cuello, etc
- Limpia el celular y lentes con agua y jabón o alcohol
- Desinfecta las superficies de lo que hayas traído a casa antes de guardarlo
Prepara la solución con 2 cdas. de cloro por 1 lt. de agua
Si puedes utiliza guantes
- Quítate los guantes con cuidado, tíralos y lávate las manos
- Recuerda que no es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo

2.7 Medidas en caso de que un empleado presente síntomas.

1. En caso de presentar síntomas de resfriado o gripe el empleado deberá notificarlo a su jefe inmediato a los siguientes números telefónicos. Móvil: **9932854000**, Teléfono de oficina: **9932660331**.
2. Llamar a la línea COVID-19 proporcionada por la Secretaria de Salud, número: **800 624 1774 ó al 911**.
3. Sanitizar rigurosamente toda el área de trabajo con la solución de cuatro partes de agua y una de cloro.
4. Ventilar el área.
5. Establecer una relación de con quien tuvo contacto en el negocio el personal contagiado y mandar a cuarentena el tiempo necesario para así evitar la propagación del virus.
6. El empleado será enviado a casa y este deberá acudir a su unidad de atención médica para su valoración.
7. El empleado no podrá regresar a laborar sin la valoración médica.
8. Si el medico así lo indica este deberá quedarse en casa para su recuperación.
9. La Comisión de Seguridad, Higiene y Control Sanitario será la encargada de autorizar la reincorporación al trabajo.
10. Se deberá tener un monitoreo del personal incapacitado y evaluar los posibles casos de contagio.
11. Incentivar al personal con sospecha o confirmación de COVID-19 a cumplir con las indicaciones dadas por parte del personal de salud.

2.8 Sanciones.

Quien no cumpla con estas indicaciones se tomará en consideración el aplicar sanciones administrativas, económicas y laborales que buscarán el correcto cumplimiento de los protocolos de salud para la prevención de contagio.

2.9 Advertencia y riesgos.

No mezclar los siguientes productos:

1. Cloro + Vinagre: Esta mezcla produce gas de cloro y puede dar tos, problemas para respirar, quemaduras y enrojecimiento en los ojos.
2. Cloro + Amoníaco: Esta mezcla produce gas tóxico que dificulta la respiración y puede dar dolor de pecho.
3. Cloro + Alcohol de gel: La mezcla produce cloroformo, un químico altamente tóxico.
4. Vinagre + Peróxido de hidrógeno: La mezcla de estos productos genera ácido preoxiacético, y puede ser enormemente corrosivo y peligroso.

2.10 Dudas.

En caso de tener dudas o desear una mayor información o apoyo. Acudir inmediatamente a cualquier miembro de la Comisión de Seguridad, Higiene y Control Sanitario.

Información vía electrónica en:

<https://coronavirus.gob.mx/>

<https://coronavirus.gob.mx/contacto/>

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

(Páginas en español)

Informes:
G Travel DMC
Tel. Oficina: 9932660331
Móvil: 9932854000
www.gtraveldmc.com

Fraccionamiento, el Paraíso, centro, Tabasco a 02 de Julio del 2020.