



COLEGIO OFICIAL DE PERITOS E INGENIEROS
TÉCNICOS INDUSTRIALES DE LA PROVINCIA DE ZAMORA

**PROTOCOLO DE
MEDIDAS DE
ACTUACIÓN DIRIGIDAS
A LA REANUDACIÓN DE
LA ACTIVIDAD
LABORAL, DOCENTE Y
ECONÓMICA FRENTE AL
COVID-19**

Versión v09

MAYO 2020

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. EVOLUCIÓN DE LA PANDEMIA Y VUELTA A LA NORMALIDAD	5
2.1 EVOLUCIÓN DE LA PANDEMIA	5
2.2 RECUPERACIÓN DE LA ACTIVIDAD	10
3. MEDIDAS PREVENTIVAS ANTES DE SALIR DE CASA.....	14
3.1 PROFILAXIS PERSONAL.....	14
3.2 PROFILAXIS EN LOS DESPLAZAMIENTOS Y/O "IN ITINERE"	17
4. MEDIDAS PREVENTIVAS Y ORGANIZATIVAS	21
4.1 MEDIDAS PREVENTIVAS A LLEVAR A CABO POR LAS ORGANIZACIONES	21
4.2 MEDIDAS ORGANIZATIVAS A LLEVAR A CABO POR LAS ORGANIZACIONES.....	25
5. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN (OBRAS E INSTALACIONES)	28
6. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR INDUSTRIAL	31
7. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR DEL TRANSPORTE, LOGÍSTICO Y AGRARIO	34
8. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR EDUCATIVO	35
9. UTILIZACIÓN DE MASCARILLAS Y RESPIRADORES.	40
10. OTRAS RECOMENDACIONES GENERALES.....	44
11. OTRAS MEDIDAS DE HIGIENE EN EL CENTRO DE TRABAJO	47
12. GESTIÓN DE LOS RESIDUOS EN LOS CENTROS DE TRABAJO	50
13. MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO	51
13.1 MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO A NIVEL NACIONAL	51
13.1.1 PRESTACIÓN POR CESE DE ACTIVIDAD	51
13.1.2 FINANCIACIÓN A TRAVÉS DE CRÉDITOS ICO.....	51
13.1.3 MORATORIA EN EL PAGO DE HIPOTECAS	52
13.1.4 APLAZAMIENTO DE LAS CUOTAS DE LA SEGURIDAD SOCIAL.....	52
13.1.5 RETRASO EN EL PAGO DE IMPUESTOS.....	52
13.1.6 LÍNEAS ESPECIALES DE AVALES COVID-19.....	52

13.1.7	PRESTACIÓN DE BAJA POR INCAPACIDAD TEMPORAL POR CORONAVIRUS	53
13.1.8	DESCUENTOS Y FLEXIBILIZACIÓN EN LA FACTURA ELÉCTRICA	53
13.1.9	RESCATE DE PLANES DE PENSIONES	53
13.2	MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO A NIVEL REGIONAL	54
13.2.1	LÍNEA ICE COVID-19. APOYO A LA LIQUIDEZ (CIRCULANTE)	54
13.2.2	APOYO AL MANTENIMIENTO DE LA ACTIVIDAD EMPRESARIAL	54
13.2.3	TRANSFORMACIÓN DIGITAL DE EMPRESAS. FINANCIACIÓN DE CIRCULANTE E INVERSIONES	54
13.2.4	APLAZAMIENTO CUOTAS	54
13.3	MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO A NIVEL LOCAL	55
13.3.1	PROGRAMA "RELAN-ZA":	55
14.	TEST DE CORONAVIRUS. DIFERENCIAS ENTRE LA PCR Y LOS TEST RÁPIDOS	57
14.1	TEST PCR	57
14.2	TEST RÁPIDO DE ANTÍGENOS	58
14.3	TEST RÁPIDO SEROLÓGICO	58
15.	NORMATIVA PUBLICADA EN RELACIÓN A COVID-19.	59
15.1	NORMATIVA A NIVEL ESTATAL COVID-19	59
15.2	NORMATIVA AUTONÓMICA DE CASTILLA Y LEÓN. COVID-19	65
16.	CANALES DIVULGATIVOS:	66

1. INTRODUCCIÓN

Con la irrupción de la pandemia del Corona Virus 2019 (COVID-19), en diciembre de dicho año, ha surgido la necesidad de modificar la forma de interrelacionarnos en los distintos ámbitos sociales, en los que nos desenvolvemos en nuestro día a día.

Estos cambios, no solamente han afectado a nuestra convivencia durante la gestión de la crisis, sino que van a trascender a nuestra vida en lo sucesivo. La propia vuelta al trabajo y el desarrollo de nuestras labores no serán iguales que antes de la crisis, ya que la conciencia individual sobre la protección se ha instalado en nuestras vidas; y los ciudadanos estamos totalmente sensibilizados con las nuevas y más exigentes medidas de higiene, que se han impuesto. Esta vuelta a la actividad cotidiana en general, y laboral en particular, se ha de llevar a cabo en condiciones más prudentes y restrictivas para reducir contagios.

El objeto de este documento, que promueve el **Colegio Oficial de Peritos e Ingenieros Técnicos Industriales de la Provincia de Zamora**, no es otro que el definir y/o determinar, a nivel individual y colectivo, las herramientas de contención de la infección, en las diferentes actividades y/o ámbitos sociales, laboral, y educativo, en las que nos desenvolvemos. Esta nueva situación, exigirá un esfuerzo complementario a nivel individual que no queda más remedio que poner en práctica, con prudencia y humildad; y entender que, a lo mejor, hay que implementar en un futuro, para no volver atrás con el agravamiento y/o irrupción de un nuevo repunte de la crisis.

Este documento está basado y desarrollado en base a diversas guías, planes, artículos y documentación técnica, que han sido publicados desde el inicio de la crisis y hasta la fecha; toda esta información ha sido adaptada e implementada, según la experiencia y conocimientos específicos de nuestra profesión.

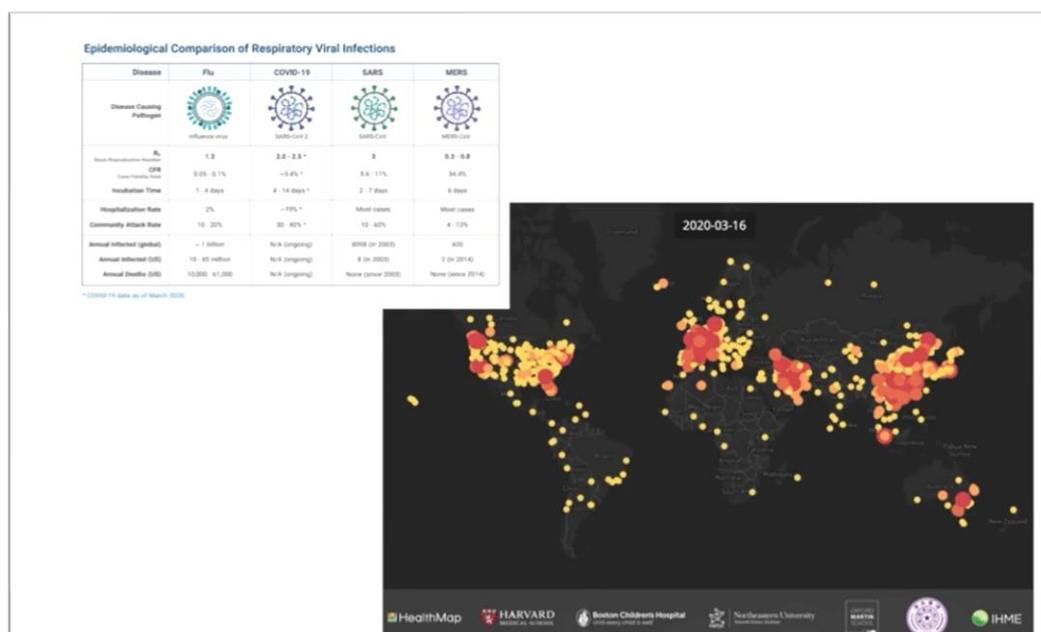
Introducción a los cambios que se prevén en diferentes áreas, como la medicina y salud pública, la psicología, la economía, el trabajo, la educación, la ciencia o la filosofía, por el Profesor Fernando Rodríguez, profesor titular de Economía Aplicada en la Universidad de Salamanca nos hace una breve exposición de estos cambios:

https://youtu.be/wQ_YDzAT7yo?list=PLANMjiRb7MjlpNw_IVnh_0yOhKtMUGj_u



Explicación de la pandemia por parte del Dr. Iván Moreno
<https://www.linkedin.com/in/drivanmoreno/?originalSubdomain=es>. **Médico Internista en Clínica Medinorte y Hospital en Valencia:**

<https://www.youtube.com/watch?v=3kyvNdf-gtE&list=PLbLj9TgVy7CQmjEU6c8F7cnPg57heMXKX>



2. EVOLUCIÓN DE LA PANDEMIA Y VUELTA A LA NORMALIDAD

2.1 EVOLUCIÓN DE LA PANDEMIA

Inicialmente, a principios del año 2020, partimos de una situación (social, laboral, económica, etc.), de lo que ahora reconocemos como una **perdida “Normalidad”**, que se fue deteriorando paulatinamente a finales del mes de febrero, y a causa de la irrupción en nuestro país del SARS-CoV-2.

En estos inicios de la epidemia que el virus empezó a generar, fueron gestionados a través de nuestros Servicios de Salud Pública (**fase de “CONTENCIÓN”**), con la atención personalizada e individual de los casos que iban surgiendo, mediante la realización de test, haciendo un seguimiento y trazabilidad de los contactos que había tenido la persona infectada, para finalmente proceder al aislamiento (cuarentena) de los posibles contagiados.



Toda vez que la pandemia se desató a mediados de marzo, el escenario tuvo que cambiar y se pasó a la denominada **fase de “MITIGACIÓN”**, con medidas principalmente de confinamiento, y la paralización casi total de todo tipo de actividad (social, laboral, educativa, deportiva, etc.), con la declaración del **Estado de Alarma Nacional**.

Este Estado de Alarma que ha sido prorrogado (de momento) hasta en tres ocasiones, empieza a dar resultados, con el descenso lento pero paulatino de casos, tanto de nuevos infectados como de defunciones contabilizadas.



Este triunfo relativo, que evidentemente presenta una mejora hacia una futura situación de "normalidad", está claro que no desembocará en una recuperación de la situación previa a la aparición de la enfermedad del COVID-19.



Según expertos epidemiólogos, una epidemia y/o pandemia, **no se considera erradicada hasta que al menos el 70% de la población está inmunizada**, bien a través de haber sido portador del virus (enfermo, sintomático o asintomático), bien a través de las correspondientes vacunas (que, de momento, no se encuentran desarrolladas). Hasta la fecha, en determinadas zonas de Francia (las más afectadas), donde se han realizado estudios de este tipo, se estima que la incidencia del virus sobre la población es de un 15%, por lo que nos queda un largo camino por recorrer, hasta alcanzar la “normalidad” que algún día conocimos y que, seguramente, nunca volverá a ser como tal.

¿Vuelta a la normalidad?

70% inmunidad poblacional

Toda esta teoría de la CONTENCIÓN, MITIGACIÓN y vuelta a la NORMALIDAD, se ha desarrollado por el **Ingeniero Tomás Pueyo**, bajo la poética denominación de **“El Martillo y La Danza”**.

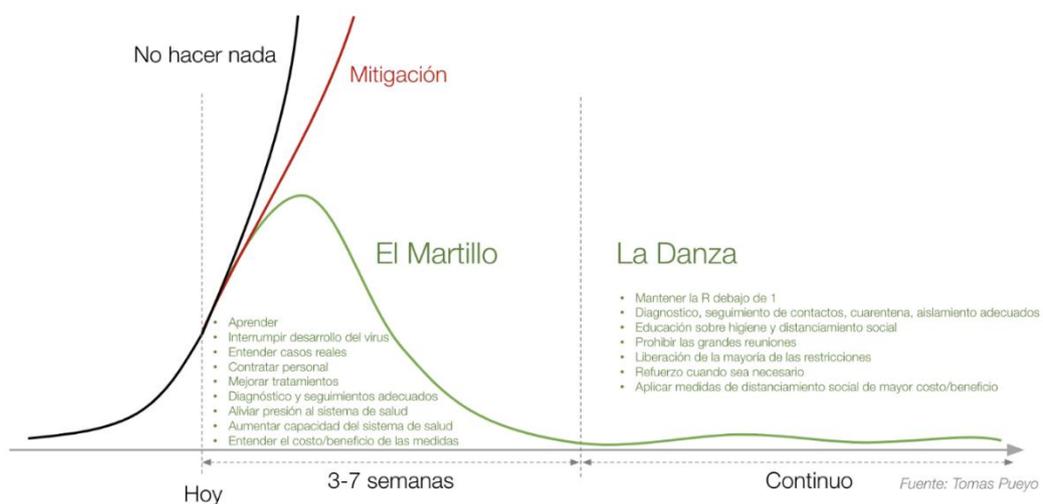
Básicamente, esta teoría define los procesos de MITIGACIÓN, *aplanar la curva* hasta llevarla a un índice de contagio “R” próximo o por debajo de $R=1$, LA DANZA, y a partir de ahí mantenerla con pequeñas fluctuaciones, y con metodologías de control y seguimiento (básicamente); esto es, tratar de *ganar tiempo* hasta poder disponer de otras armas de lucha y contención eficaces (vacunas).

Es por ello que **se propone implementar una operación de seguimiento**, como las que se realizan en China o en otros países del este asiático, en la que identifican a todas las personas con las que tuvo contacto cada enfermo, y las ponen en cuarentena, reduciendo el contagio: si sabemos dónde está el virus, podemos

centrarnos en esas zonas solamente. No es complicado: es la base de cómo los países del este asiático han sido capaces de controlar este brote sin drásticas medidas de distanciamiento social que se están convirtiendo en imprescindibles en otros países.

Esta medida de pruebas y seguimiento, por sí solas, lograron detener el crecimiento del coronavirus en Corea del Sur y sirvieron para contener la epidemia, sin que fuera necesario imponer un distanciamiento social más duro. Son las mismas en las que se han basado países como Japón, Singapur o Taiwán para evitar epidemias.

Esto nos proporcionaría mucha información para gestionar las medidas de distanciamiento social



Explicación de esta teoría por parte del Dr. Iván Moreno
(<https://www.linkedin.com/in/drivanmoreno/?originalSubdomain=es>), **Médico Internista en Clínica Medinorte y Hospital en Valencia :**

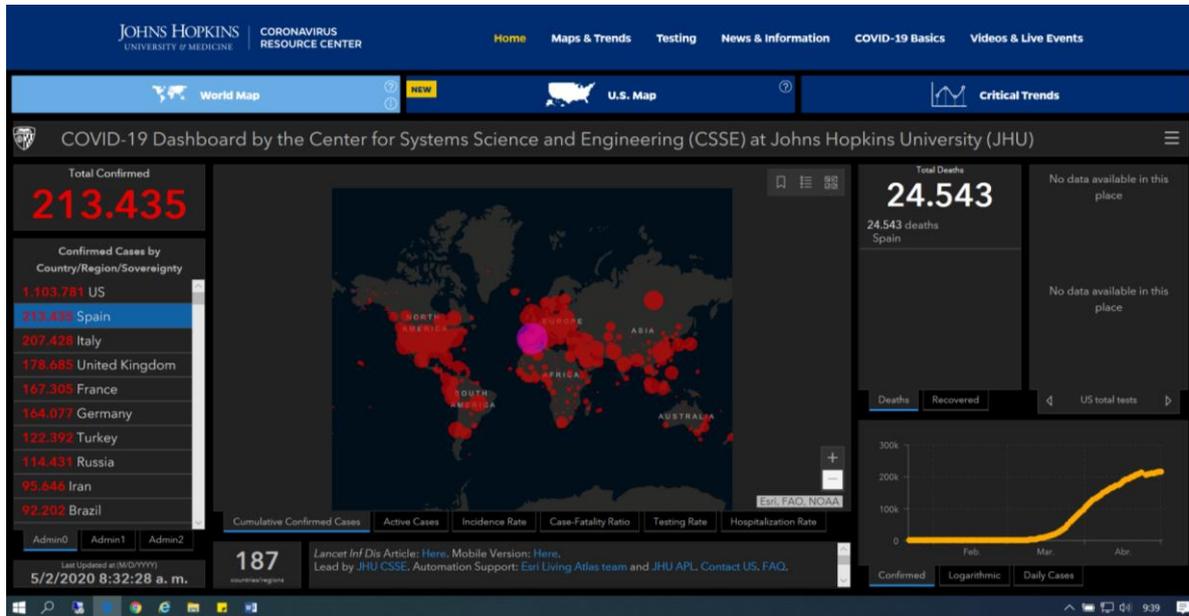
<https://www.youtube.com/watch?v=HglfusTARPg>



CORONAVIRUS RESOURCE CENTER:

Evolución de la pandemia en tiempo real

<https://coronavirus.jhu.edu/map.html>



2.2 RECUPERACIÓN DE LA ACTIVIDAD

El 28 de abril, el Gobierno de España redacta un PLAN para poner en práctica a partir del día 4 de mayo.

De tal forma que, con el fin de garantizar una desescalada con riesgos mínimos para la ciudadanía, pero mejorando el bienestar social y económico, se determina que es necesario graduar la salida del confinamiento en base a los datos de un panel de indicadores (sanitarios, sociales y económicos). El establecimiento de un sistema gradual, asimétrico y dinámico, fundamentado en datos relevantes, confiables y comunes a todo el territorio, con un seguimiento continuo de la evolución de estos datos, permite ir reaccionando ante el riesgo cuando este aparezca.

Es absolutamente necesario, también, que la ciudadanía no pierda de vista la importancia de autoprotegerse y actuar con responsabilidad.

Sin embargo, la *desescalada no es un proceso matemático ni automático*, no hay certeza de cuándo un territorio podrá pasar de una fase a otra. Hoy por hoy todo el país se encuentra en una fase de preparación de la desescalada. El avance a las fases siguientes dependerá de cómo progresen tanto la epidemia como sus capacidades sanitarias, dentro del marco de indicadores que reflejará el panel de indicadores. Cuanto mejor evolucionen los datos, más rápido será el avance, pero no se puede ignorar la posibilidad de que los datos empeoren y haya que dar pasos hacia atrás, una opción nada deseable, por lo que el paso de una fase a otra debe hacerse con todas las garantías.

Por último, cabe destacar que, dentro de este plan y a nivel nacional no se contempla, como si se ha hecho en otros países de nuestro entorno, la vuelta a las aulas de la comunidad educativa en general, dando por finalizada la actividad académica presencial en el presente curso 2019-2020. Los detalles de las fases, las actividades permitidas y sus condicionantes, y a modo de resumen, serían las siguientes:



Diagrama de Fases programadas.

FASE 0 O DE PREPARACIÓN DE LA DEESCALADA

Es la situación a fecha de hoy, caracterizada por el establecimiento de medidas de alivio comunes para todo el país una vez doblegada la curva de contagios, permitiendo la movilidad fuera del domicilio, fundamentalmente en el ámbito privado, y medidas con un riesgo asociado de contagio muy bajo o nulo, siempre que se cumplan las indicaciones de seguridad, en base a la responsabilidad y autoprotección de los ciudadanos (actividad deportiva individual sin contacto y paseos, atención de huertos familiares, algunas actividades económicas con control de aforo, etc.).

Durante esta fase se podrán adoptar medidas que afecten exclusivamente a determinados territorios. En particular, islas sin movilidad exterior y con tasas de contagio prácticamente nulas.

A continuación, se adjunta la programación de franjas horarias establecidas, para retomar la actividad física, a nivel de calle.

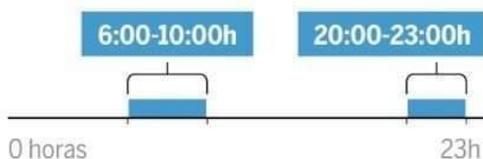
Franjas horarias en las salidas para pasear y hacer deporte

Entrada en vigor a partir del sábado 2 de mayo de 2020.

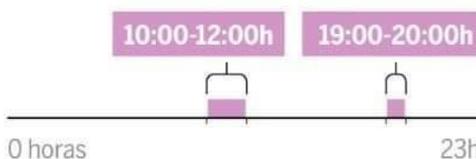


Municipios con población igual o inferior a 5.000 habitantes: sin franjas. El horario para estas actividades es de 06:00 a 23:00 horas.

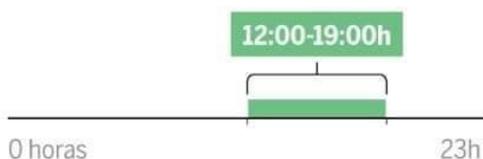
Personas de 14 años en adelante



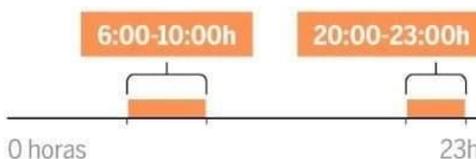
Mayores de 70 o personas dependientes con cuidador



Menores de 14 años
 Máximo 3 y con un adulto.



Deporte no profesional



Deporte: debe ser individual, sin contacto con otros, 1 vez al día y dentro del municipio.

Paseos: se pueden realizar con 1 persona conviviente. Las personas que tengan que salir acompañadas podrán hacerlo también con 1 cuidador. 1 vez al día y a no más de 1 kilómetro.

Siempre debe mantenerse la distancia de seguridad. Se excluyen las personas con síntomas o en cuarentena.

FASE I O INICIAL

En función del cumplimiento de los indicadores del panel de indicadores en los diferentes territorios, se permitirá la apertura parcial de actividades, en particular, actividades económicas como pudieran ser la apertura del pequeño comercio con cita previa o servicio en mostrador, restaurantes y cafeterías con entrega para llevar, actividades en el ámbito agrario, actividades deportivas, profesionales, alojamientos turísticos sin utilización de zonas comunes y con restricciones, entre otras actividades.

FASE II O INTERMEDIA

En esta fase se plantea la apertura parcial de actividades que se mantienen restringidas en la fase I, con limitaciones de aforo, como restaurantes con servicio de mesa y terrazas, zonas comunes de alojamientos turísticos, grandes superficies comerciales, etc.

FASE III O AVANZADA

En esta fase se prevé la apertura de todas las actividades, pero siempre manteniendo las medidas oportunas de seguridad y distancia. Entre las medidas a contemplar en esta fase, la apertura del comercio minorista que no hubiera abierto con anterioridad, con limitación de aforo, bares y discotecas con aforo muy limitado, museos y espectáculos culturales, también con asistencia limitada, etc.

NUEVA NORMALIDAD

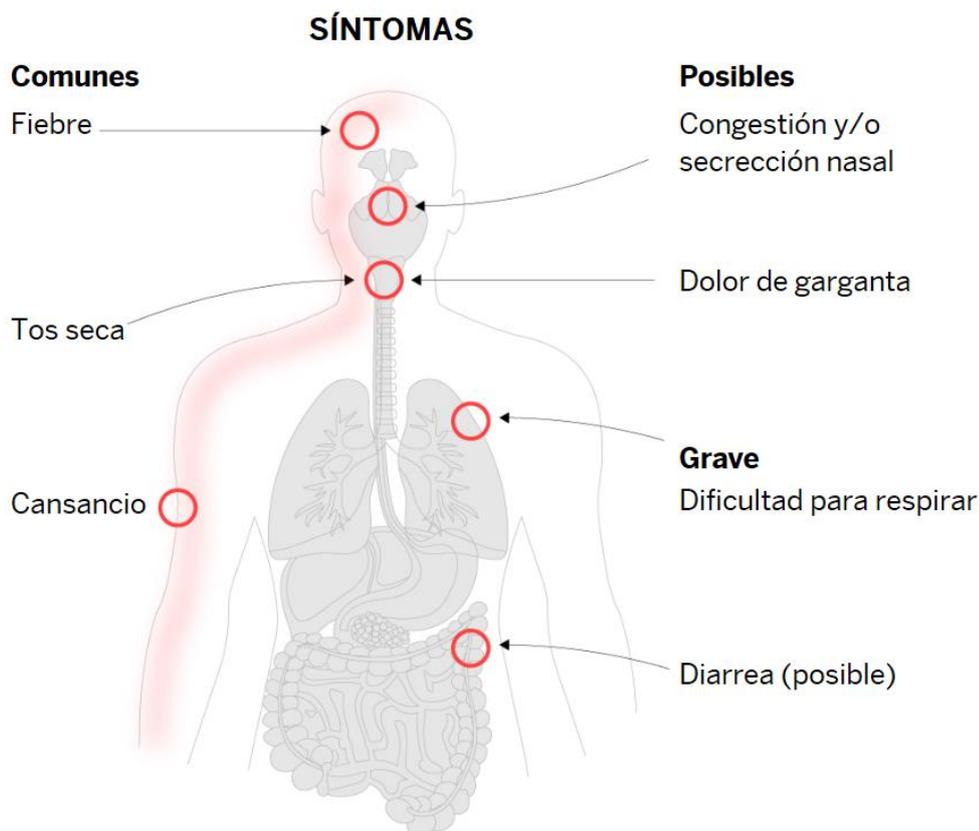
Terminarían las restricciones sociales y económicas, pero **se mantiene la vigilancia epidemiológica**, la capacidad reforzada del sistema sanitario y la autoprotección de la ciudadanía.

En definitiva, las fechas concretas y la evolución real dependerá del comportamiento y el control de la pandemia, así como de la capacidad para ir superando las diferentes fases, en las condiciones establecidas en el Plan.

3. MEDIDAS PREVENTIVAS ANTES DE SALIR DE CASA

3.1 PROFILAXIS PERSONAL

1. Evitar la propagación del virus comienza con nuestra corresponsabilidad social. Ante cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19, se ha de contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de tu Comunidad Autónoma (900 222 000 en CyL), o con tu Centro de Atención Primaria. No debes poner en riesgo a tus allegados, ni acudir a tu puesto de trabajo, hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti y para los demás.



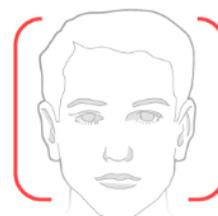
2. Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo a continuación, o con la parte interna del codo para no contaminar las manos. Y evita tocarte los ojos, la nariz o la boca. Lávate las manos con frecuencia con agua y jabón o desinfectelas con un gel alcohólico.



Lávese las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.



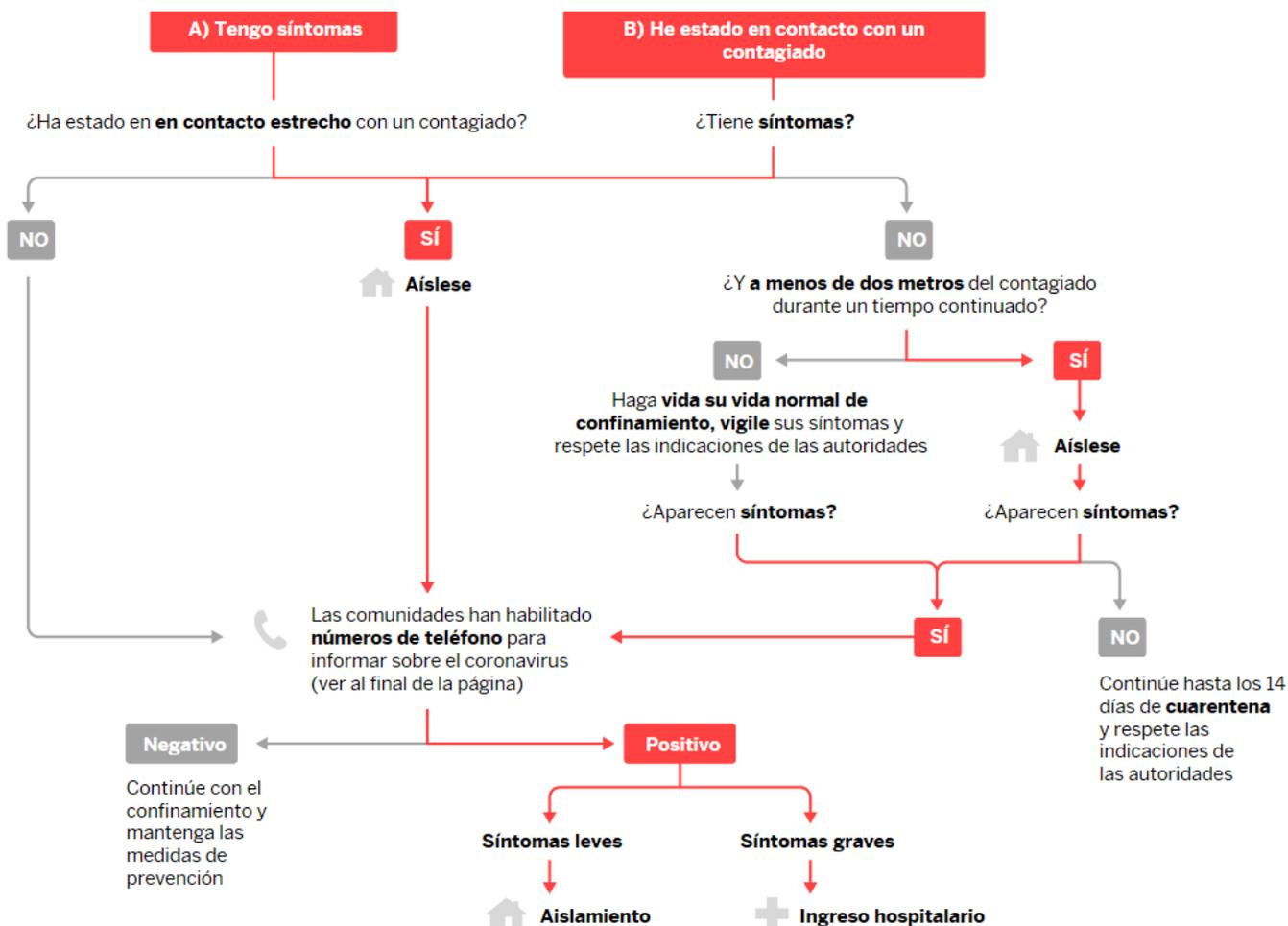
Tosa o estornude **cubriéndose la boca y la nariz** con el codo flexionado o con un pañuelo.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

3. Si has estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso, mientras el caso presentaba síntomas, a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de, al menos, 15 minutos) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19, tampoco debes acudir a tu puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de, al menos, 14 días. Durante ese periodo, debes realizar una autoevaluación de tu estado de salud, por si aparecen signos de la enfermedad.

4. Este periodo de aislamiento preventivo está considerado como situación de incapacidad temporal derivada de enfermedad común “baja laboral”, ya que la infección del coronavirus en el trabajo está considerada “accidente laboral”.

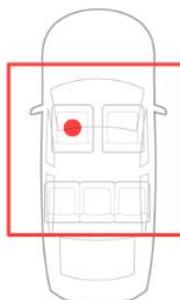


Organigrama de actuación.

3.2 PROFILAXIS EN LOS DESPLAZAMIENTOS Y/O “IN ITINERE”

1. Siempre que sea posible, utiliza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal recomendada de aproximadamente 2 metros.
2. Si te desplazas, o vas al trabajo, andando, en bicicleta o moto no es necesario que lleves mascarilla.
3. Guarda la distancia interpersonal cuando vayas caminando por la calle.
4. Si te tienes que desplazar en un turismo, tanto propio o de la empresa, extrema las medidas de limpieza del vehículo y evita que viaje más de una persona por cada fila de asientos, manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.

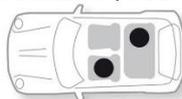
En un turismo, todos los ocupantes pueden verse expuestos al virus.



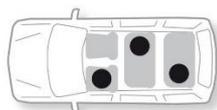
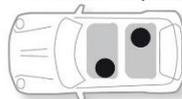
Número de ocupantes por vehículo

Sólo podrá ir ocupada una plaza por cada fila de asientos y en diagonal. Puede haber excepciones: personas discapacitadas, hijos menores que no puedan quedarse solos...

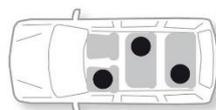
Vehículo de 5 plazas



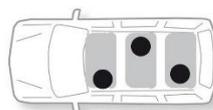
Vehículo de 6 plazas



Vehículo de 7 plazas



Vehículo de 8 plazas



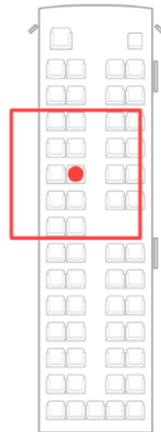
Vehículo de 9 plazas

DN

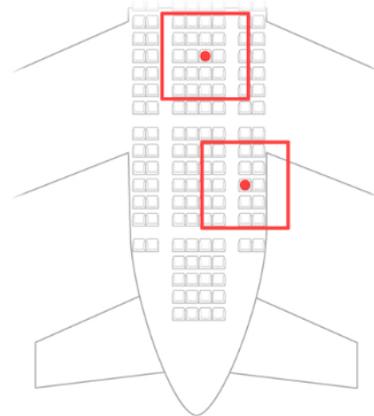
5. Si coges un taxi o un VTC, solo debe viajar una persona por cada fila de asientos, manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.

6. En los viajes en autobús, en transporte público o autobús de la empresa, metro o tren, guarda la distancia de seguridad con tus compañeros de viaje. En el caso de los autobuses públicos, el conductor velará porque se controle el aforo y se respete la distancia interpersonal. Es recomendable usar una mascarilla higiénica (N95 (Según norma NIOSH-42CFR84), ffp2 o ffp3 (Según norma EN 149-2001), **no médica/quirúrgica**, si vas en transporte público.

En un autobús de 55 plazas, se pueden ver expuestos entre 14 y 21 ocupantes.



En la cabina de clase turista de **un avión** convencional, podrían verse expuestas entre 12 y 25 personas.

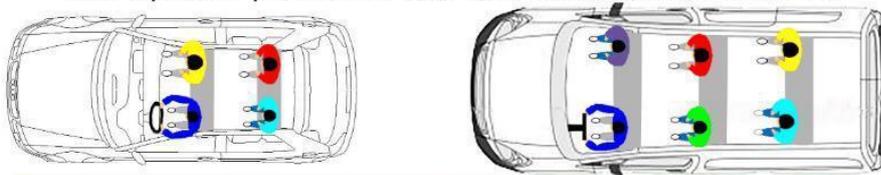


ESTADO DE ALARMA DESPLAZAMIENTOS EN VEHÍCULOS

En aquellos casos que permite el R.D. 463/2020

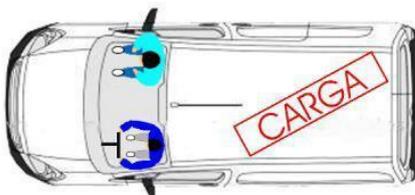
VEHÍCULOS HASTA NUEVE PLAZAS

- * Dos ocupantes por fila de asientos
- * Máxima separación entre ocupantes
- * Utilización mascarilla
- * Transporte público: fila del conductor, sólo él



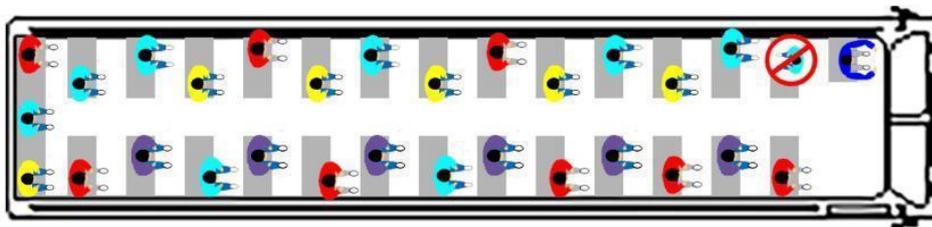
FURGONES Y ASIMILADOS (1 FILA ASIENTOS)

- * Dos ocupantes (utilización mascarilla)



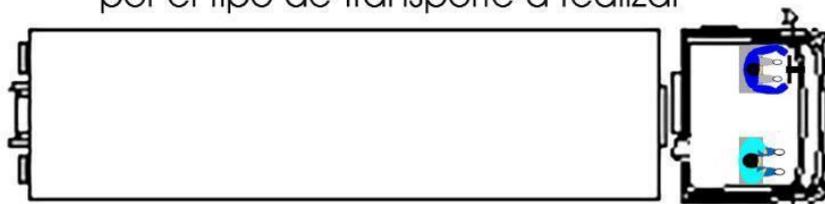
AUTOBUSES

- * 50% de su capacidad
- * Máxima separación entre ocupantes
- * **NO** ocupar asientos justo detrás del conductor
- * Utilización mascarilla



CAMIONES

- * 2 Ocupantes cuando sea necesario por el tipo de transporte a realizar





Orden TMA/384/2020, de 3 de mayo, por la que dictan instrucciones sobre la utilización de mascarillas en los distintos medios de transporte y se fijan requisitos para garantizar una movilidad segura de conformidad con el plan para la transición hacia una normalidad.

- Desde las 00:00 horas del día 4 de mayo de 2020
- **MASCARILLAS OBLIGATORIAS EN LOS TRANSPORTES**
 - **USUARIOS:** Obligatoria para todos los usuarios de TAXI, BÚS, TREN, AVIÓN, BARCO
 - **TRABAJADORES:** Los trabajadores de los servicios de transporte que tengan **contacto directo** con los viajeros deberán ir provistos de mascarillas y tener acceso a soluciones **hidroalcohólicas** para practicar una higiene de manos frecuente.
- **TURISMOS (TTE. PRIVADO HASTA 9 PLAZAS)** 
 - podrán desplazarse **2 personas por cada fila** de asientos, siempre que utilicen **mascarillas** y respeten la **máxima distancia** posible entre los ocupantes.
- **TAXIS (TTE PÚBLICO HASTA 9 PLAZAS)**  
 - podrán desplazarse **2 personas por cada fila adicional** de asientos respecto de la fila del conductor, debiendo garantizarse, en todo caso, la **distancia máxima posible** entre los ocupantes.
- **VEHÍCULOS CON SOLO 1 FILA DE ASIENTOS**  
 - únicamente se dispondrá de una fila de asientos, como en el supuesto de **cabinas de vehículos pesados**, furgonetas, u otros, podrán viajar como **máximo dos personas** siempre que sus ocupantes utilicen **mascarillas** que cubran las vías respiratorias y guarden la **máxima distancia** posible.
 - **En caso contrario, únicamente podrá viajar el conductor.**
- **AUTOBUSES CON VIAJEROS SENTADOS**  
 - **Máxima separación**
 - **no** podrán ser ocupados **más de la mitad** de los asientos disponibles respecto de la fila del conductor, **máximo permitido**.
 - se mantendrá **siempre vacía la fila posterior a la butaca ocupada por el conductor.**
- **AUTOBUSES URBANOS CON VIAJEROS DE PIE**  
 - **Máxima distancia**
 - habilitados para el transporte de viajeros de pie, se procurará que las personas mantengan entre sí la **máxima distancia posible**, estableciéndose como referencia la ocupación de la mitad de las plazas sentadas disponibles, y de **dos viajeros por metro cuadrado** en la zona habilitada para viajar de pie
- **ENTRADA Y SALIDA DE VIAJEROS EN ESTACIONES, AEROPUERTOS,...**
 - procurar el movimiento ordenado de los mismos a su paso por las instalaciones y **evitar aglomeraciones.**
 - reforzar los **mensajes y cartelera** en zonas en las que se puedan producir aglomeraciones (estaciones de tren, autobús, paradas de metro y autobús, aeropuertos, puertos, etc.) recordando la necesidad de mantener la distancia de seguridad y medidas de higiene



Enviar mensaje

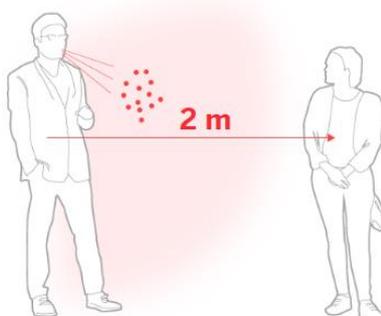


4. MEDIDAS PREVENTIVAS Y ORGANIZATIVAS

4.1 MEDIDAS PREVENTIVAS A LLEVAR A CABO POR LAS ORGANIZACIONES

1. Las tareas y procesos laborales deben planificarse para que las personas puedan mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, tanto en la entrada y la salida a los centros de actividad como durante la permanencia en los mismos.

La distancia a la que puede transmitirse el virus **de humano a humano** es de unos dos metros.



Limite al máximo las reuniones numerosas.

2. Hay que asegurar que la distancia de seguridad está garantizada en las zonas comunes y, en cualquier caso, deben evitarse aglomeraciones de personal en estos puntos. En particular, la zona de vestuarios debe garantizar que se puede mantener la distancia interpersonal y disponer de taquillas individuales para guardar la ropa.



3. La reanudación de la actividad debe guiarse por el principio de minimización del riesgo. Por tanto, la reincorporación a la normalidad de aquellas actividades que comporten riesgo de aglomeración debe producirse en último lugar.

4. Se recomienda informar mediante cartelería (a ser posible normalizada) a las personas trabajadoras y a los clientes de los procedimientos de higiene publicados por las autoridades sanitarias.

5. En aquellas empresas, centros educativos o establecimientos abiertos al público, deberán implementarse medidas para minimizar el contacto entre las personas.

6. En los establecimientos y recintos con ocupación de personas se atenderá a las siguientes consideraciones:

- El aforo máximo deberá permitir cumplir con el requisito de distancia interpersonal.
- Cuando sea posible, se habilitarán mecanismos de control de acceso en las entradas. La permanencia en los establecimientos comerciales deberá ser la estrictamente necesaria.
- Todo el público, incluido el que espera en el exterior, debe guardar la distancia interpersonal.
- Se fomentará y facilitará, en la medida de lo posible, el pago online o por tarjeta.
- Se recomienda el uso de mamparas o elementos físicos que aseguren la protección de vendedor/cliente. Se deberían instalar en las cajas de cobro mamparas de plástico o similar, rígido o semirrígido, de fácil limpieza y desinfección, de forma que, una vez instalada, quede protegida la zona de trabajo.
- La empresa deberá facilitar equipos de protección individual cuando los riesgos no puedan evitarse o no puedan limitarse suficientemente por medios técnicos de protección colectiva o mediante medidas o procedimientos de organización del trabajo.
- Los equipos de protección individual serán adecuados a las actividades y trabajos a desarrollar (disponer de certificación CE).

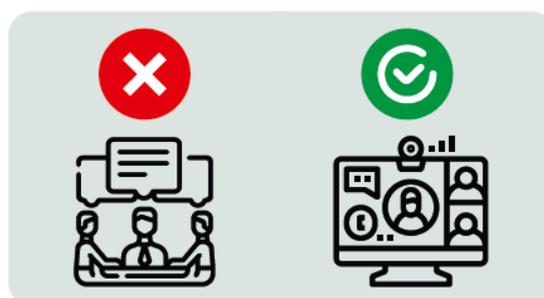


7. La empresa debe escalonar los horarios lo máximo posible si el espacio de trabajo no permite mantener la distancia de seguridad en los turnos ordinarios, contemplando posibilidades de redistribución de tareas y/o **teletrabajo**.

https://www.youtube.com/watch?v=ji9F8LdjiyY&list=PLANMjiRb7MjlpNw_IVnh_0yOhKtMUGj_u&index=3&t=0s

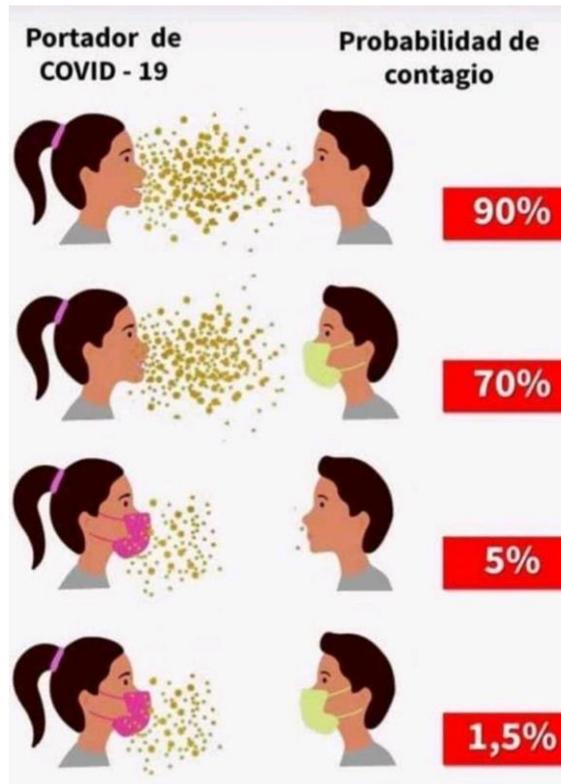


8. Se recomienda facilitar las reuniones por videoconferencia, especialmente si el centro de trabajo no cuenta con espacios para esta finalidad, y donde los trabajadores puedan respetar la distancia interpersonal de seguridad.



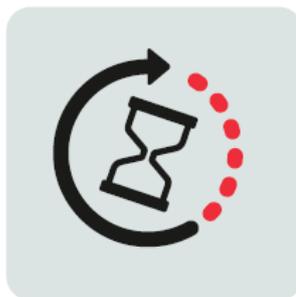
9. Se recomienda evitar desplazamientos de trabajo que no sean esenciales y que puedan solventarse mediante llamada o videoconferencia.

10. Es recomendable el uso de mascarilla de barrera, en caso de no tener acceso a otras, cuando trabajas con otras personas alrededor.

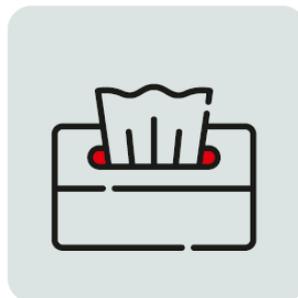
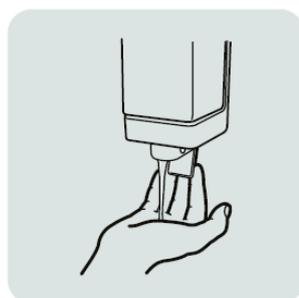


4.2 MEDIDAS ORGANIZATIVAS A LLEVAR A CABO POR LAS ORGANIZACIONES.

- 1. De acuerdo con la normativa de riesgos laborales, será necesario informar al personal de forma fehaciente, actualizada y habitual de las recomendaciones sanitarias que deben seguir de forma individual.**
2. Hay que organizar la entrada a los centros de actividad de forma escalonada, para evitar aglomeraciones en el transporte público y en la entrada a dichos centros.
3. En su caso, puede ser preciso adaptar horarios y flexibilizar las entradas y salidas del centro. Se recomienda suspender el fichaje con huella dactilar sustituyéndolo por cualquier otro sistema.



4. Hay que evitar la realización de actividades en el centro que impliquen aglomeraciones de personas.
5. Es preciso proveer los productos de higiene necesarios para poder seguir las recomendaciones individuales, adaptándose a cada actividad concreta. Con carácter general, es necesario mantener un aprovisionamiento adecuado de jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables.



6. Hay que mantener un aprovisionamiento necesario del material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada a diario. Entre ellos lejía y productos autorizados por el Ministerio de Sanidad para desinfectar ([consúltalos aquí](#)).

7. Es necesario contar con aprovisionamiento suficiente de material de protección, especialmente guantes y mascarillas, para el personal cuando así lo indique el servicio de prevención de riesgos laborales y, muy concretamente, el más expuesto (médicos y enfermería de empresa, personal de limpieza, educadores, personal de cara al público).



8. Se deberán adoptar medidas específicas para minimizar el riesgo de transmisión a las personas trabajadoras especialmente sensibles o vulnerables, como las personas mayores de 60 años, embarazadas y personas que padezcan enfermedades cardiovasculares e hipertensión arterial, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer e inmunodepresión, incluyendo para estos colectivos el uso de mascarillas para ellos y las personas a su alrededor.

9. Es aconsejable realizar un **plan de contingencia**, identificando el riesgo de exposición al virus de las diferentes actividades que se desarrollan en el centro de trabajo, adoptando medidas de protección en cada caso de acuerdo con la normativa aplicable en cada momento. Para la elaboración de ese plan deben ser consultados los delegados de prevención o los representantes de los trabajadores.

10. Es **preciso establecer protocolos** en caso de que una persona manifieste síntomas en su puesto de actividad, para protegerla y proteger al resto de las personas, siguiendo las indicaciones del "Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al COVID-19", que puedes encontrar en este [enlace](#).

11. Cada centro de actividad, independientemente de su tamaño, tiene que tener su servicio médico claramente identificado y formado para poder intervenir con rapidez sobre el terreno, en colaboración con el sistema sanitario público.

12. Se aconseja mantener contacto permanente con los proveedores, con objeto de conocer la disponibilidad y las condiciones de entrega de los productos y necesidades del centro.

5. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN (OBRAS E INSTALACIONES)

En el sector de la construcción, y debido a sus particularidades (trabajos en el exterior, abundante exudación por el esfuerzo físico realizado, interacción con otros operarios y/o usuarios de las vías públicas, etc...), además de todas las medidas y recomendaciones descritas en los apartados anteriores, se plantean una serie de medidas complementarias a adoptar, frente a la propagación de la infección del COVID-2019.

En este contexto, se hacen preceptivas y/o recomendables la adopción de las siguientes medidas preventivas:

1. Se debe prestar especial atención al entorno de trabajo, y antes de comenzar los trabajos en el tajo asignado, asegurándose de que nadie en general, y ningún compañero en particular, invada la **zona de seguridad** de 1 metro de distancia de separación (recomendable 2 m). Si fuese necesario, se procederá al balizamiento del área de trabajo.
2. En la ejecución de **trabajos en las vías públicas**, se prestará especial atención al punto anterior, procediendo en todo caso a la delimitación y **balizamiento de la zona de trabajo mediante medios físicos** (vallas, conos, cinta de balizamiento, etc...), garantizando en todo momento la preceptiva distancia de separación de 2 metros.



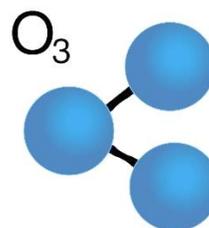
3. En los casos en los que se utilicen **vehículos**, equipos de trabajo y/o herramientas compartidas, y antes de cambiar de usuario, se establecerá la oportuna limpieza de los asideros o zonas de contacto de manos más habituales; y siempre al finalizar la jornada laboral. La limpieza podrá ser realizada con lejía diluida en agua.

4. Debido a los esfuerzos físicos que se realizan en este tipo de trabajos, y a la consiguiente exudación generada, se hace necesario extremar las medidas de **higiene al finalizar la jornada de trabajo. Las duchas en el centro de trabajo quedarán clausuradas, y fuera de uso**, debido al riesgo de propagación del virus provocado por los vapores que se generarían durante su utilización colectiva. En este punto, y a ser posible nada más llegar a casa, se hace preceptivo ducharse; procediendo a recoger toda la ropa de trabajo utilizada durante la jornada; para, acto seguido, lavarla según el método establecido (lavar por encima de 60°C, mínimo durante 30 minutos).

5. Se adoptarán **medidas de limpieza e higienización complementarias de baños, aseos y vestuarios**, al finalizar la jornada y antes de abandonar el centro/lugar de trabajo, procediendo a la desinfección y limpieza de los mismos (si fuese necesario incluso por los propios usuarios (trabajadores)). Para ello, se pueden utilizar las ya muy conocidas mochilas de fumigación, mediante la pulverización de una mezcla de hipoclorito sódico (lejía al 1% de concentración, 20ml de lejía común por litro de agua); o incluso implementar otros métodos de desinfección, menos convencionales mediante generadores de ozono que, por medio de programadores temporizados, permitirían la desinfección de recintos, toda vez que éstos hayan sido abandonados.



HIPOCLORITO SÓDICO (1%)



OZONO

Fórmula para el cálculo de la dosis de producto, ejemplo de preparación de solución de hipoclorito sódico al 0,1% a partir de una concentración de cloro del 12,5%



- **FÓRMULA:**

$$V1 = (V2 * C2) / C1$$
- **DONDE:**
V1: Es el volumen que requerimos de la solución concentrada de cloro y que necesitamos calcular para preparar la solución.
V2: Es el volumen de la solución final de cloro que queremos preparar.
C1: Es la concentración de cloro que contiene la solución original. Este valor deberán revisarlo en la etiqueta de la botella o frasco de cloro, y es variable dependiendo de la marca.
C2: Es la concentración de la solución final de cloro que queremos preparar
ml: mililitro

Preparación de solución de hipoclorito sódico al 0,1% a partir de una concentración del 12,5%

$$V1 = (V2 * C2) / C1$$

$$V1 = 1000ml \times 0,1\% / 12,5\%$$

$$V1 = 8ml \text{ de hipoclorito al } 0,1\%$$

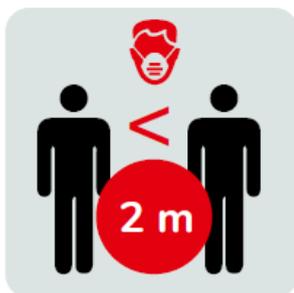
Preparación:		
Agua (litros)	Hipoclorito ml	Hipoclorito (litros)
600	4800	4,8
500	4000	4
400	3200	3,2
300	2400	2,4
200	1600	1,6
100	800	0,8
32	256	0,256
16	128	0,128
1	8	0,008

Por lo que habrá que atender a la concentración de cloro de cada producto para conseguir la proporción adecuada de concentración de cloro para desinfectar.

6. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR INDUSTRIAL

En el sector industrial, donde el contacto interpersonal es más intensivo, tanto en los accesos y salidas al puesto de trabajo, como en el propio desarrollo de los trabajos, se plantea la adopción de las siguientes medidas preventivas:

1. Se ha de reorganizar el posicionamiento e implantación de los puestos de manipulación/producción, para garantizar la distancia de separación establecida de 2 metros entre operarios. Toda vez, que esta premisa quede garantizada, se podrá analizar la posibilidad de mejorar la ergonomía del puesto de trabajo, con la no utilización de mascarillas filtrantes (por ejemplo), y todo ello dependiendo de las condiciones de circulación de personas, ventilación y niveles de polución en el recinto de trabajo. Si, por el contrario, fuese físicamente imposible adoptar estas medidas de distanciamiento, se procederá a la utilización de medios de protección tales como pantallas de separación, pantallas faciales, mascarillas (ffp2 o ffp3), guantes, etc.



2. En la medida de lo posible, se evitará que los transportistas de las empresas logísticas abandonen su vehículo durante la realización del servicio en el interior del recinto. Por otra parte, y siempre que sea posible, serán siempre los mismos trabajadores por turno, los involucrados en las actuaciones de carga y descarga, que deberán a su vez contar con mascarilla y guantes de protección.

3. Se limitará al máximo el acceso de personal ajeno a la empresa y que no sea esencial para el desarrollo de la actividad.

4. Se recomienda dejar fuera de servicio tanto las máquinas de café como los dispensadores de agua (en garrafas), por el riesgo que suponen en la propagación del virus. Proponiéndose, la instalación de dispensadores de agua en botellas individuales.

5. En los casos en los que se utilicen vehículos, equipos de trabajo y/o herramientas compartidas, y antes de cambiar de usuario, se establecerá la oportuna limpieza de los asideros o zonas de contacto de manos más habituales. La limpieza podrá ser realizada con lejía diluida en agua.
6. Al finalizar la jornada o turno de trabajo, cada operario procederá a realizar la desinfección de las herramientas que haya utilizado; esta limpieza podrá ser realizada con la ya consabida dilución de lejía y agua.
7. La utilización de servicios comunes, tales como vestuarios y aseos, es necesario que se realice de forma escalonada, de forma rápida limitando el tiempo de estancia, y con la limitación del aforo necesario, de tal forma que se garantice, en todo momento, la distancia interpersonal mínima de seguridad.



8. Al realizarse un trabajo físico, el nivel de exudación es importante, por lo se hace necesario extremar las medidas diarias de higiene personal. No obstante, las duchas en el centro de trabajo se han de clausurar y dejar fuera de uso, debido al riesgo de propagación del virus a través de los vapores que se generarían durante su utilización colectiva. Es por ello que, la higienización personal se ha de llevar a cabo nada más llegar a casa, mediante la realización de la preceptiva ducha y procediendo, acto seguido, a lavar toda la ropa de trabajo utilizada en el día, según el método establecido (lavar por encima de 60°C durante al menos 30 minutos).
9. En todo caso se adoptarán medidas de limpieza e higienización complementarias, y de forma diaria, de aseos y vestuarios, al finalizar la jornada y/o después de cada turno de trabajo, procediendo a la desinfección y limpieza de los mismos, y como mínimo mediante el rociado de la ya apuntada mezcla de

hipoclorito sódico (lejía al 1% de concentración, 20ml de lejía común por litro de agua). En este tipo de entorno de trabajo (sobre todo en las industrias cárnicas y agroalimentarias) está muy extendida la utilización del ozono, para la desinfección del agua y de recintos y salas cerrados (sin ocupación), pues el ozono es un desinfectante gaseoso muy potente, pero resulta tóxico por encima de una determinada concentración en el aire (0,1 ppm para exposiciones prolongadas y 0,2 ppm para exposiciones ocasionales); es por ello que su utilización se puede extender a la esterilización de los entornos de trabajo, al finalizar la jornada laboral y con ocupación cero.

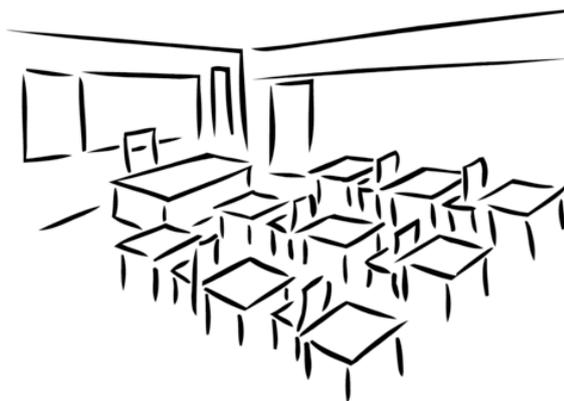
7. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR DEL TRANSPORTE, LOGÍSTICO Y AGRARIO

En estos sectores, y más allá de las recomendaciones generales y medidas observadas en el desarrollo de este documento a nivel individual o personal, no habría que añadir más actuaciones. Además, estos sectores, en los que en ningún momento se ha dejado de trabajar, "a priori" no están sometidos a un proceso de desescalada o reanudación de la actividad dentro del nuevo escenario que se plantea de convivencia con el SARS-CoV-2.

Dicho lo anterior, no cabría más que recomendar la exhaustiva desinfección de los puestos de trabajo (cabinas de conducción), a ser posible diariamente, con los ya planteados métodos de rociado o pulverización con mezclas desinfectantes, y/o higienización con cañones portátiles de ozono.

8. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS EN EL SECTOR EDUCATIVO

En el sector educativo “a priori”, no está contemplada en España una vuelta a la actividad presencial en las aulas, a excepción de las pruebas de la EBAU, continuando con la metodología de la teleformación que, con mayor o menor éxito, se ha venido intentando implantar, en los diversos estadios educativos, en las últimas semanas.



Si bien, por el momento y desde la administración, no se han publicado unas normas específicas de condiciones de vuelta a las aulas, por el motivo anteriormente expuesto, sí que podemos adelantar ciertas normas de carácter específico, a tener en cuenta en una eventual vuelta a la formación presencial, y en una posible situación de riesgo de contagio por COVID-19, todo ello de cara al próximo curso.

Dicho lo anterior, podemos recopilar y/o tomar nota de aquellas medidas que, en países como Francia y Alemania, que sí que van a reanudar su actividad académica presencial, se están empezando a implementar.

<https://www.larazon.es/internacional/20200421/zxvadro5ufcqp7io62gpjnfli.html>

En estos países, y obviando las normas generales ya expuestas y consabidas anteriormente en este documento de: distanciamiento social, higiene y utilización de medios de protección adecuados (mascarillas, guantes e incluso protección ocular), se están implementando una serie de medidas, sobre todo organizativas, para hacer posible dicha vuelta a las aulas.

De forma que, las medidas que se pretenden implantar, de forma provisional, a la hora de retomar la actividad académica presencial, en nuestro país son:

1. Incorporación gradual, y por etapas educativas de forma secuencial en el tiempo, del alumnado. De tal forma que en una primera fase se incorporen los alumnos de las etapas de infantil y primaria; en una segunda fase, los de secundaria y formación profesional, para en una tercera y última fase reanudar la actividad docente presencial la totalidad de la población educativa. En este punto, es necesario garantizar en todo momento, que dichas reincorporaciones sucesivas, no inciden en el avance de la pandemia a nivel de incremento de los contagios.
2. Es necesario establecer un número tope de alumnos por aula, de tal forma que se garantice el distanciamiento social; este número podría establecerse en 15 alumnos como máximo por aula. Esta medida implicará otras medidas de carácter organizativo y logístico que se apuntan a continuación.



3. La limitación del aforo en las aulas hace necesario reestructurar horarios, planteando jornadas dobles (mañana y tarde), lo que implicaría a su vez duplicar tanto profesorado como medios logísticos (transporte escolar). O reducir la docencia presencial a cuatro días por semana, de tal forma que los alumnos asistan a clase dos días de forma alterna.
4. Estas medidas, en todo caso, implican seguir manteniendo, la metodología de la formación a distancia o teleformación, para garantizar el cumplimiento de los contenidos curriculares necesarios.
5. En otro orden de cosas, se habrá de establecer que los centros que no dispongan de la dotación mínima necesaria para garantizar una asepsia sanitaria suficiente, disponer de jabón y geles hidroalcohólicos por ejemplo, no se les permita la reanudación de la actividad.

6. Por último, habría que contemplar la posibilidad de que, en caso de que los padres, y por temor a un hipotético contagio, no se prestasen voluntarios a la reincorporación de sus hijos a las aulas, se pueda garantizar que se dispone de los medios necesarios para establecer un sistema de educación a distancia.

7. Para la realización de las pruebas de la EBAU se deberán aplicar una serie de medidas de seguridad muy estrictas. Desde este documento, se propone la aplicación de las siguientes:

EBAU
Evaluación de Bachillerato
para el Acceso a la Universidad



- **Antes de entrar en la Universidad:**
 - Se deberán elaborar protocolos de desplazamientos de los estudiantes desde sus residencias a las aulas.
 - Se deberá garantizar el distanciamiento de los alumnos, ya desde antes de entrar en el recinto universitario.
 - En el caso de que los estudiantes no dispongan de mascarilla, se les deberá suministrar una, de tal forma que los alumnos que accedan a la Universidad dispongan de ella en todo momento (se podrá valorar el proporcionar, también, pantalla de protección antisalpicaduras).
 - A todos los alumnos se les tomará la temperatura previamente al acceso a la Universidad.
 - Se controlará el acceso a la Universidad mediante un documento personal e intransferible, dotado de algún tipo de lector a distancia.
- **Acceso y salida de la Universidad:**
 - El acceso a la Universidad se realizará siguiendo un itinerario previamente identificado y señalizado; la salida se realizará por un itinerario diferente al de entrada, e igualmente señalizado.
 - Durante todo el recorrido existirán carteles informativos. Así mismo, se contará con personas que, debidamente protegidas, darán información a los alumnos sobre lo que puedan necesitar.

- En el itinerario a seguir por los estudiantes, se colocarán dispensadores de gel hidroalcohólico, en puntos perfectamente señalizados.
- **Aulas donde se realizarán las pruebas.**
 - Las aulas, que habrán sido previamente desinfectadas, estarán permanentemente ventiladas.
 - El aforo garantizará el distanciamiento social, tanto durante la realización de las pruebas, como en la entrada y la salida.
 - El alumno deberá haber sido previamente informado, tanto del itinerario de acceso al aula como de su ubicación concreta en la misma, que habrá sido prefijada con anterioridad.
 - Las pruebas se entregarán en sobre cerrado, identificado con el nombre del alumno, y se colocarán previamente en su ubicación.
 - El alumno que concluya una prueba la depositará en el lugar previamente designado.
 - Las aulas se desinfectarán, nuevamente, en el momento en que se desalojen.
- **Aseos:**
 - Se marcarán los itinerarios a estos recintos, los cuales deberían ser distintos a los de acceso y evacuación de las aulas, si fuera posible.
 - Se deberá prever personal de control y desinfección en los aseos, limitando el aforo también en estos recintos.
- **Desinfección de documentos:**
 - Todo el material que se entregue habrá sido previamente desinfectado.
 - Los exámenes se desinfectarán antes de ser entregados a los corregidores.
 - Los residuos que se generen en la Universidad serán tratados según procedimiento específico.

HAY QUE TENER EN CUENTA QUE LOS ALUMNOS VAN A ESTAR EXPUESTOS A UNA DOBLE PRESIÓN, LA DE LA PRUEBA SELECTIVA Y LA DE LA SITUACIÓN ANTE UNA POSIBLE EXPOSICIÓN AL VIRUS. Por este motivo, va a ser muy difícil conseguir el cumplimiento del distanciamiento social, por lo que se deberá insistir en el cumplimiento del mismo, pudiendo imponer COMO MEDIDA COERCITIVA el cumplimiento estricto de las medidas que se propongan como obligatorias para poder acceder a la Universidad y realizar las pruebas selectivas.

Además, la estancia de los alumnos en la Universidad deberá ser durante el tiempo estrictamente necesario para realizar las pruebas.

Se deberá contar con la colaboración de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado para garantizar el distanciamiento social fuera del recinto universitario.

EDUCACIÓN ONLINE.

Claves para entender el mundo que viene. La profesora de Teoría de la Educación, María José Hernández Serrano, reflexiona sobre los retos de la educación online en tiempos de crisis como la provocada por la COVID-19.

<https://www.youtube.com/watch?v=JRAvmOg8Wyg&feature=youtu.be>



9. UTILIZACIÓN DE MASCARILLAS Y RESPIRADORES

Durante la gestión de la crisis generada por el SARS-CoV-2, tanto por parte de los profesionales como de la población en general, se ha venido observando un uso no adecuado de los medios de protección individual, tanto a nivel de su utilización propiamente dicha, como de la no idoneidad de los equipos utilizados.



Antes de ponerse una mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

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

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

Para quitarse la mascarilla: hágalo por detrás (no toque la parte delantera de la mascarilla) y lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

Utilizar otros elementos en sustitución de las mascarillas (como pañuelos, ropa, etc) **no protege** frente al contagio, dando una falsa sensación de seguridad.



INSTRUCCIÓN DE COLOCACIÓN DE MASCARILLA DE PROTECCIÓN RESPIRATORIA

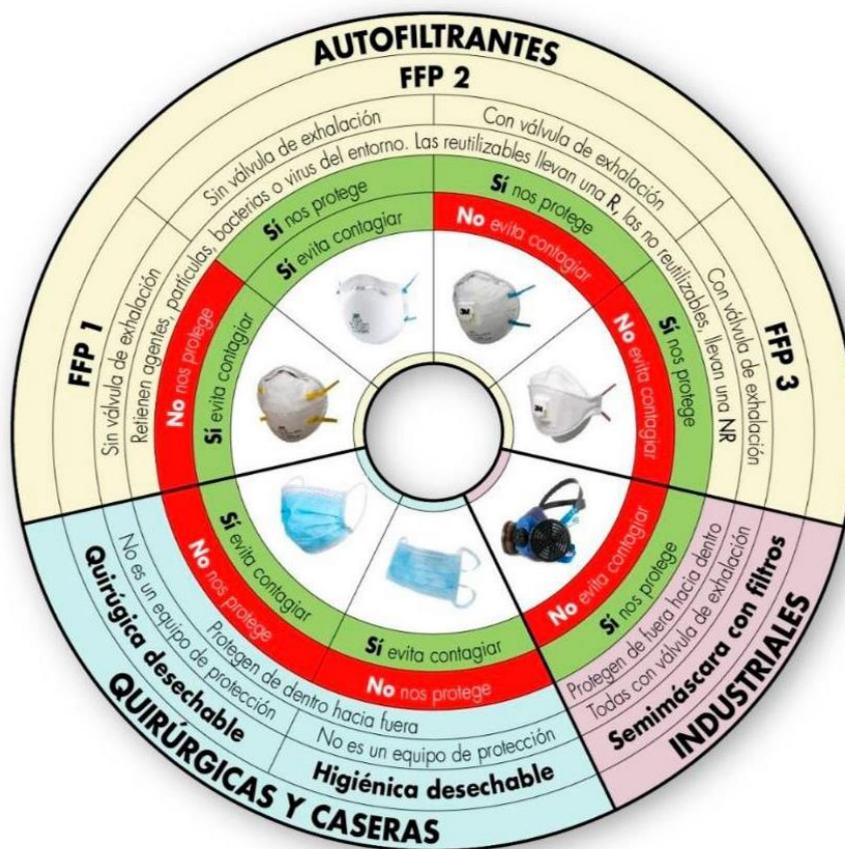
Estas deficiencias se han debido en parte, a la ausencia de equipos de protección individual de forma generalizada (falta de suministro); en parte, al desconocimiento del uso y utilización de los mismos y, por último, por el desconocimiento generalizado de las características técnicas de los equipos de protección a utilizar, de tal forma que fuesen eficaces y/o idóneos, frente al riesgo al que nos hemos venido exponiendo de forma generalizada.

En este orden de cosas, se ha de aclarar que, para la protección frente al SARS-CoV-2 y desde las autoridades, se ha recomendado la utilización de equipos de protección FFP2 / P2 y/o FFP3/P3 (FFP para mascarillas/ P para filtro para respiradores), no recomendándose por otra parte, equipos FFP1/P1 y/o mascarillas quirúrgicas sin ningún tipo de capacidad filtrante. Este número indica el nivel de protección:

- FFP1 o P1: filtran el 80% de las partículas aerosolizadas. Protegen en ambientes contaminados con hasta cuatro veces el valor límite umbral de partículas (TLV) (Valores Límite Umbral / Threshold Limit Values (TLV)).
- FFP2 o P2: filtran el 94% de las partículas aerosolizadas. Protegen en ambientes contaminados con hasta 10 veces el TLV.

- FFP3 o P3: filtran el 99,95% de las partículas aerosolizadas. Corresponde al P100 americano. Protegen en ambientes contaminados con hasta 50 veces el TLV.

TIPOS DE MASCARILLAS Y NIVELES DE PROTECCIÓN



Para finalizar, y de cara a ampliar el conocimiento de los equipos de protección respiratoria (EPR's), en las siguientes páginas se adjunta el documento aclaratorio sobre la clasificación de dichos equipos, editado por Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST).

Marcado de los filtros

CE	Normas	Tipos y clases*	Pictogramas
CE NNNN N° del Organismo Notificado (control de calidad de la producción)	NNNN AAAA Número y año de la norma	Tipo, clase y código de color del filtro	 Véase información suministrada por el fabricante  Caducidad  Humedad máxima de almacenamiento  Intervalo de temperatura de almacenamiento

*Tipos y clases de filtros

Tipo	Clase	Color	Uso/particularidades
A	1, 2, 3	Marrón	Gases y vapores orgánicos con punto de ebullición mayor que 65°C
AX	-	Marrón	Gases y vapores orgánicos con punto de ebullición menor o igual que 65°C. Uso máximo: 1 jornada
B	1, 2, 3	Grís	Gases y vapores inorgánicos
E	1, 2, 3	Amarillo	Dióxido de azufre y otros gases ácidos
K	1, 2, 3	Verde	Amoníaco y sus derivados orgánicos
P	1, 2, 3	Blanco	Partículas
SX	-	Violeta	Gases específicos. Debe figurar el nombre de los productos químicos y sus concentraciones máximas
NO-P3	-	Azul	Óxidos de nitrógeno. Uso máximo: 1 jornada
		Blanco	
Hg-P3	-	Rojo	Vapores de mercurio. Uso máximo: 50 horas
		Blanco	

Clase 1: Filtros de baja capacidad Clase 2: Filtros de media capacidad Clase 3: Filtros de alta capacidad



Elaborado por: Antonia Hernández Castañeda, Eva Mª Hoyas Pablos. Centro Nacional de Medios de Protección – INSST

Autor: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P.

NIPO (papel): 871-19-062-7

NIPO (en línea): 871-19-063-2

Depósito Legal: M-16300-2019



RESPIRA HONDO



Equipos de protección respiratoria (EPR)



Finalidad

Los EPR protegen el sistema respiratorio del usuario de la inhalación de atmósferas peligrosas:

- Por la presencia de sustancias peligrosas (partículas, gases o vapores, agentes biológicos).
- Por deficiencia de oxígeno.

Consideraciones importantes

Es muy importante el correcto ajuste de máscaras y mascarillas a la cara del usuario para asegurar la eficacia del equipo. La presencia de vello facial, cicatrices, etc. puede afectar a la hermeticidad.

En caso de utilizar varios equipos de protección al mismo tiempo (por ejemplo, media máscara y gafas), se debe garantizar la compatibilidad entre ellos.

Componentes

Los EPR tienen dos componentes principales:

PIEZA O ADAPTADOR FACIAL

Máscara



Media máscara



Casco



Capuz



SISTEMA QUE LLEVA GAS RESPIRABLE AL ADAPTADOR

EQUIPOS FILTRANTES (dependientes del medio ambiente): retienen los contaminantes del aire antes de ser respirado, mediante el uso de un material filtrante, que puede formar parte de la propia mascarilla (autofiltrantes) o estar contenido en un filtro independiente que se acoplará a la máscara o media máscara.

EQUIPOS AISLANTES (independientes del medio ambiente): suministran gas respirable de una fuente independiente. Se optará preferentemente por un equipo aislante:

- Cuando se desconozca el contaminante presente en la atmósfera, su concentración o su toxicidad.
- Ante elevadas concentraciones del contaminante.
- Ante deficiencia de oxígeno (concentración < 19,5% vol.).

Contra partículas (polvo y aerosoles) y agentes biológicos



Contra gases y vapores



Contra partículas, agentes biológicos, gases y vapores



Autónomos

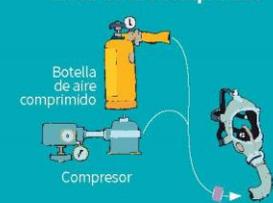
El gas respirable lo porta el usuario



Línea de aire fresco



Línea de aire comprimido



10. OTRAS RECOMENDACIONES GENERALES

1. Mantén la distancia interpersonal de 2 metros (mínimo recomendable 1 metro).



2. Evita el saludo con contacto físico (incluido, dar la mano).



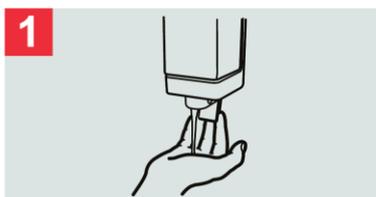
3. Evita, en la medida de lo posible, utilizar equipos y dispositivos de otros trabajadores; en caso de que sea necesario, aumenta las medidas de precaución y, si puedes, desinfectalos antes de usarlos. Si esto no es posible, lávate las manos inmediatamente después de haberlos usado.

Lavado de manos con agua y jabón

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



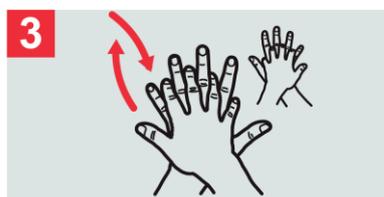
0 Mójese las manos con agua;



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



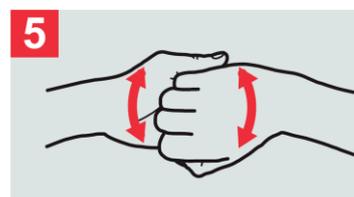
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



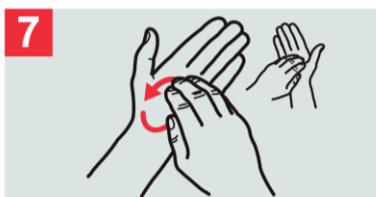
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



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



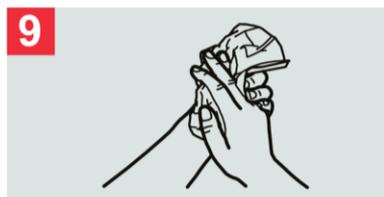
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



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;



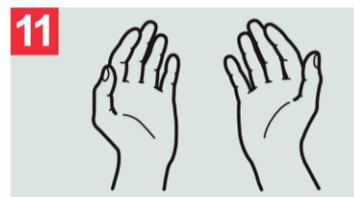
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

- Facilita el trabajo al personal de limpieza cuando abandones tu puesto, despejándolo al máximo posible.
- Tira cualquier desecho de higiene personal –especialmente, los pañuelos desechables- de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.
- Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse después de toser, estornudar o

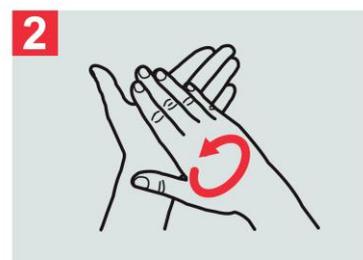
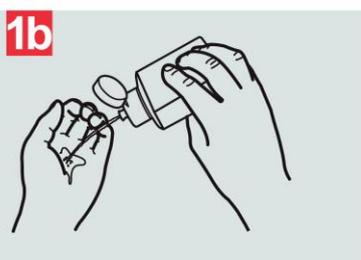
después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Trata de que cada lavado dure al menos 40 segundos.

Lavado de manos con solución desinfectante

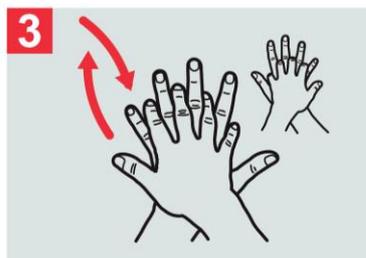
 Duración de todo el procedimiento: **20-30 segundos**



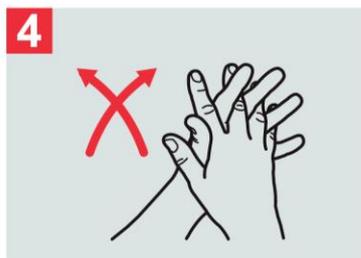
1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



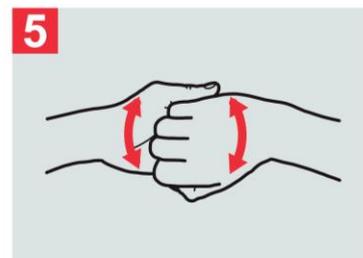
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



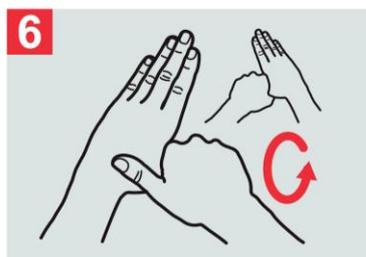
3 Mójese las frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



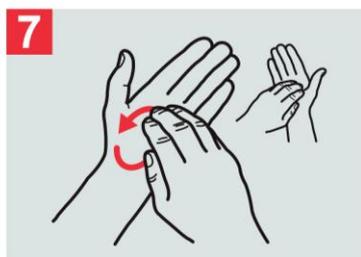
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



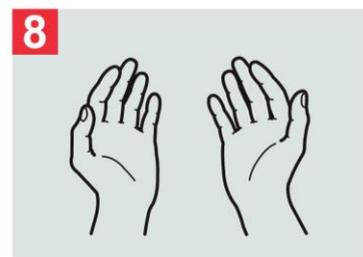
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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;



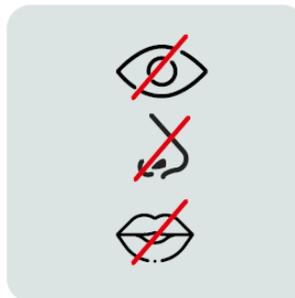
8 Una vez secas, sus manos son seguras.

7. Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo, a continuación, a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no

dispones de pañuelos, emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.



8. Evita tocarte los ojos, la nariz o la boca.



9. Si empiezas a notar síntomas, avisa a tus compañeros y superiores; extrema las precauciones, tanto de distanciamiento social como de higiene, mientras estés en el puesto de trabajo y contacta de inmediato con tu médico de atención primaria o con el teléfono de atención al COVID-19 de tu Comunidad Autónoma.

10. Si tienes dudas acerca de las medidas de seguridad, u observas alguna deficiencia o posible mejora, no dudes en dirigirte al responsable de tu empresa en materia de riesgos laborales, al delegado de personal o comité de empresa, o a la inspección de trabajo.

11. OTRAS MEDIDAS DE HIGIENE EN EL CENTRO DE TRABAJO

1. Se deben realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de más de cinco minutos.

2. Se recomienda mantener la temperatura del centro entre 23 y 26° C.

3. Es recomendable reforzar la limpieza de los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización, para renovar el aire de manera más habitual.

4. Se debe revisar, al menos diariamente, el funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a reparar o sustituir aquellos que presenten averías. Se recomienda disponer de un registro de estas acciones. También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos.



5. Es conveniente reforzar las tareas de limpieza en todas las estancias, con especial incidencia en superficies, en particular aquellas que se tocan con más frecuencia como ventanas o pomos de puertas, así como todos los aparatos de uso habitual por parte de los empleados, desde mandos de maquinaria a mesas y ordenadores. Es particularmente importante, la desinfección periódica de las mesas o mostradores de preparación de pedidos, así como de los embalajes antes de su entrega a repartidores y clientes.

6. Es necesario limpiar el área de trabajo usada por un empleado en cada cambio de turno.

7. Los detergentes habituales son suficientes, aunque también se puede contemplar la incorporación de lejía u otros productos desinfectantes a las rutinas de limpieza, siempre en condiciones de seguridad.

8. En todo caso, se debe asegurar una correcta protección del personal encargado de la limpieza. Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes de un solo uso. Para las tareas de limpieza, es recomendable hacer uso de guantes de vinilo/ acrilnitrilo. En caso de uso de guantes de látex, se recomienda su uso sobre un guante de algodón.

9. Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, de al menos 40-60 segundos.
10. En el caso de los uniformes de trabajo o similares, serán embolsados y cerrados, y se trasladarán hasta el punto donde se haga su lavado habitual, recomendándose un lavado con un ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90°C.

12. GESTIÓN DE LOS RESIDUOS EN LOS CENTROS DE TRABAJO

1. La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos que la empresa tenga establecidos.
2. Se recomienda que los pañuelos desechables, que el personal emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la "etiqueta respiratoria", sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.
3. Todo material de higiene personal -mascarillas, guantes de látex, nitrilo, PVC, plástico, u otros materiales desechables en general- debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas, y que es distinto del residuo orgánico).



Contenedor Gris

4. En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.

13. MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO

13.1 MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO A NIVEL NACIONAL

Desde que se decretó el estado de alarma, el Gobierno ha tomado medidas urgentes y extraordinarias encaminadas a paliar el impacto económico de la pandemia en un sector tan vulnerable como el de los autónomos. Mientras continúa el debate y las actualizaciones en torno a ellas, estas son, a día de hoy, algunas de las ayudas a las que puede acogerse este colectivo son:

13.1.1 Prestación por cese de actividad

Este subsidio se calcula a partir de la cotización media de los últimos seis meses y es posible prorrogarlo hasta el final del estado de alarma. Pueden solicitarlo los trabajadores por cuenta propia cuya actividad se haya suspendido o que hayan visto reducida su facturación en un 75% a raíz de la pandemia. Para ello, hay que estar al día en los pagos a la Seguridad Social y haber estado dado de alta en el Régimen Especial de Trabajadores Autónomos (RETA) el 14 de marzo. Para tramitar la petición, el Real Decreto-Ley de 17 de marzo establece que los trámites deben realizarse a través de las mutuas, que indicarán los pasos a seguir y la documentación necesaria para hacerlo. Según la actualización del 7 de abril, las ayudas podrán solicitarse hasta "el último día del mes siguiente al que se produjo la finalización del estado de alarma" [de momento, sin fecha definitiva].

13.1.2 Financiación a través de créditos ICO.

Desde el 6 de abril, los bancos comenzaron a conceder los créditos avalados por el Estado a través del Instituto de Crédito Oficial (ICO) a autónomos y pymes afectados por la crisis de la Covid-19 que necesitan liquidez (aunque se puede aplicar con carácter retroactivo a los préstamos solicitados desde el 18 de marzo). El objetivo, según el ICO, consiste en "cubrir los nuevos préstamos y otras modalidades de financiación", así como "las renovaciones concedidas por entidades financieras a empresas y autónomos para atender las necesidades de financiación", entre las que figuran el pago de salarios, facturas de proveedores pendientes de liquidar, alquileres de locales o gastos de suministros.

13.1.3 Moratoria en el pago de hipotecas

Los pequeños empresarios y autónomos que no tengan actividad como consecuencia del estado de alarma o que hayan sufrido pérdidas significativas pueden optar a dejar de pagar la cuota hipotecaria de su local u oficina durante tres meses, un plazo que podrá ser ampliado por Acuerdo del Consejo de Ministros. Si se cumplen los requisitos, entre los que figuran haber visto caer su facturación en al menos un 40%, los afectados deben dirigirse a su banco para solicitar la aplicación de esta medida.

13.1.4 Aplazamiento de las cuotas de la Seguridad Social

A falta de una Orden del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones que determine las condiciones de acceso y que, previsiblemente, se conocerá en mayo, el Gobierno anunció que, desde el 1 de abril, autónomos y pymes pueden retrasar seis meses el pago de sus cotizaciones a la Seguridad Social sin intereses, siempre que las actividades que realicen se hayan suspendido con la declaración del estado de alarma. Entre el 1 y el 10 de mayo, se podrá solicitar el aplazamiento de las cuotas correspondientes al período de liquidación de abril y, entre el 1 y 10 de junio, a las de mayo. Para hacerlo, deberán dirigirse a los canales establecidos por la Seguridad Social.

13.1.5 Retraso en el pago de impuestos

Desde el 13 de marzo, pymes y autónomos pueden aplazar hasta 30.000 euros en el pago de impuestos durante seis meses, los tres primeros sin intereses. Deberán realizar el trámite en la Sede Electrónica de la Agencia Tributaria y seguir los pasos que allí se establecen. No obstante, el Ministerio de Hacienda está estudiando incorporar medidas adicionales en esta línea.

13.1.6 Líneas especiales de avales Covid-19

Las sociedades de garantía recíproca (SGR), entidades financieras sin ánimo de lucro que facilitan financiación a través de la concesión de avales directos, están implantando medidas urgentes para paliar los efectos económicos en pymes y autónomos de todo el país. Sus líneas especiales de avales Covid-19 se pueden solicitar a través de la plataforma online Con Aval, Sí, que aglutina 18 de ellas.

13.1.7 Prestación de baja por incapacidad temporal por coronavirus

Los autónomos que se hayan contagiado o que se hayan visto obligados a permanecer en cuarentena por contacto con personas infectadas pueden solicitar la baja médica. El Real Decreto Ley 6/2020, de 10 de marzo, afirma que, como medida excepcional, podrán recibir la prestación que corresponde a un accidente de trabajo. Para solicitarla, hay que pedir el parte de baja al médico de cabecera (muchos las están emitiendo por correo electrónico) y luego enviar la documentación a la mutua que corresponda al trabajador. Quienes coticen la base mínima, tendrán derecho a 23,61 euros por cada día de baja, aunque deberán seguir pagando la cuota de la Seguridad Social mientras reciben la ayuda.

13.1.8 Descuentos y flexibilización en la factura eléctrica

Los trabajadores por cuenta propia que hayan percibido menos del 75% de sus ingresos habituales o que hayan cesado su actividad con fecha posterior al 14 de marzo, podrán disfrutar del Bono Social de Electricidad (12). Si cumplen los requisitos, deben solicitarlo por teléfono, correo, e-mail o fax a Endesa, Iberdrola, Gas&Power, Baser, Régsiti, CHC, Teramelcor o Alumbrado Ceuta, las comercializadoras de referencia, que tienen la obligación de ofrecerlo y financiarlo. Por otro lado, autónomos y pymes podrán suspender temporalmente sus contratos de suministro o modificarlos sin penalización.

13.1.9 Rescate de planes de pensiones

Durante los seis meses posteriores a la declaración del estado de alarma, los autónomos que hayan cesado su actividad y los titulares de establecimientos cuya apertura al público se haya visto suspendida por causa de la Covid-19 y que sean partícipes de planes de pensiones “podrán, excepcionalmente, hacer efectivos sus derechos consolidados”, según recoge el BOE del 31 de marzo.

13.2 MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO A NIVEL REGIONAL

Las medidas de carácter financiero de apoyo al mantenimiento del empleo y al tejido empresarial de Castilla y León ante la crisis del Covid-19, son:

(Para cualquier consulta puede enviar un email a: infoempresacrisiscovid19@jcy.l.es)

13.2.1 Línea ICE COVID-19. Apoyo a la liquidez (circulante)

Destinatarios: micropymes y autónomos

Importe: 6.000 – 40.000€ con bonificación total de costes financieros

Plazo: 12 – 36 meses (12 meses de carencia incluidos)

Tramitación solicitudes: [Iberaval](#)

13.2.2 Apoyo al mantenimiento de la actividad empresarial

Destinatarios: pymes de sectores especialmente afectados: Hostelería, Comercio e Industria

Importe: en función de la necesidad de la empresa a corto plazo y su capacidad de mantenimiento de la actividad

Plazo: 36 – 48 meses (12 meses de carencia incluidos)

Tramitación solicitudes: [Iberaval](#)

13.2.3 Transformación digital de empresas. Financiación de circulante e inversiones

Destinatarios: pymes que implementen soluciones digitales de teletrabajo y otros procedimientos de modernización

Importe: 6.000 – 600.000€ con bonificación de 1,25% de tipo de interés

Plazo: 12 – 60 meses (12 meses de carencia incluidos)

Tramitación solicitudes: [Iberaval](#)

13.2.4 Aplazamiento cuotas

Destinatarios: beneficiarios de préstamos en los programas de Reindustrialización y Crecimiento Empresarial del ICE

Importe: en función de las cuotas previstas en el cuadro de amortización

Plazo: aplazamiento de cuotas hasta 6 meses

Tramitación solicitudes a través de la [Lanzadera Financiera](#)

13.3 MEDIDAS DE ÁMBITO ECONÓMICO A NIVEL LOCAL

13.3.1 Programa “RELAN-ZA”

Los trabajadores y empresarios autónomos de la ciudad de Zamora afectados por la crisis del COVID-19 y la declaración de estado de alarma podrán presentar, desde el jueves 16 de abril, sus solicitudes para acogerse a las ayudas municipales del Programa RELAN-ZA, con el que se pretende contribuir a paliar los efectos de la crisis en estos profesionales.

El Ayuntamiento destina inicialmente un millón de euros para la concesión de estas subvenciones, con una cuantía de 500 euros en el caso de que se hayan visto abocados al cierre temporal de su establecimiento o actividad a causa de la declaración del estado de alarma, y de 300 euros para aquellos que hayan visto reducida su facturación a la mitad. El fondo de un millón de euros destinado a la concesión de estas ayudas fue aprobado por el Pleno del Ayuntamiento el pasado lunes día 13 de abril, pero esta cantidad podrá incrementarse en el caso de que se agotara sin haber podido atender todas las solicitudes presentadas que tuvieran derecho a la subvención.

El anuncio de la convocatoria aparece publicado, el miércoles 15 de abril, en el Boletín Oficial de la Provincia y las Bases pueden consultarse en la sección de la Oficina Municipal de Desarrollo de la web del Ayuntamiento: <http://www.zamora.es/contenidos.aspx?id=32096>.

El plazo para la presentación de las solicitudes es de 45 días hábiles a partir del viernes 17 de abril, y deberán realizarse por vía telemática a través de la Sede Electrónica del Ayuntamiento: <http://zamora.sedelectronica.es>, en procedimiento habilitado para tal fin en el apartado de “Destacados” de la Sede Electrónica. No obstante, este plazo de 45 días podrá también ser ampliado por la Alcaldía en el caso de que el Gobierno retrasara el levantamiento del estado de alarma o lo modulara por actividades.

El programa RELAN-ZA propuesto por el Ayuntamiento y dotado inicialmente con un millón de euros, fue aprobado el pasado lunes en el Pleno Municipal, por unanimidad de todos los grupos políticos, con el propósito de contribuir a paliar el inevitable daño causado por la pandemia en el sector del Comercio, la Hostelería, la Cultura, la Venta Ambulante y otros. El objetivo es el de impulsar la actividad

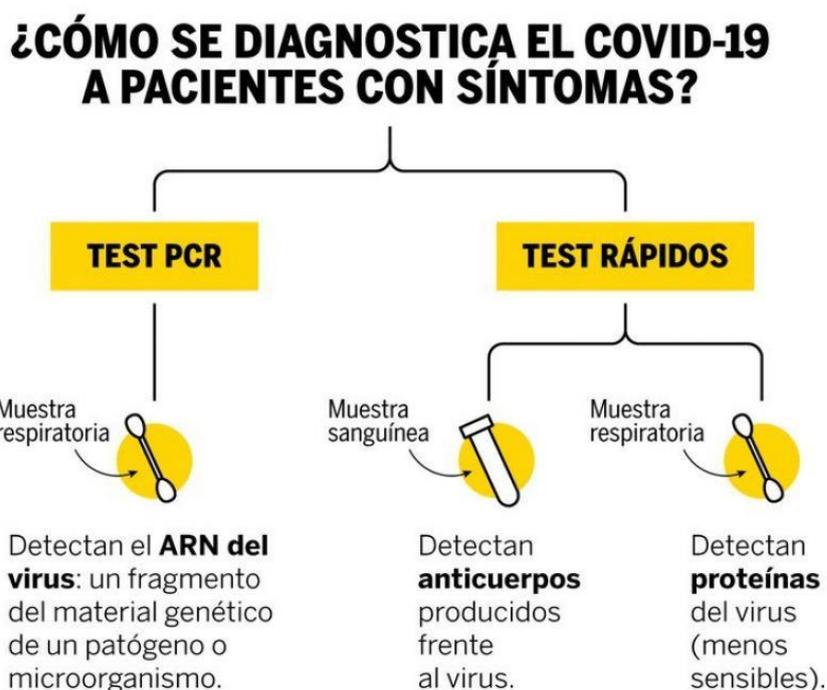
económica en el término municipal de Zamora, otorgando liquidez a determinadas empresas del municipio, para contribuir a facilitar el cumplimiento de sus obligaciones empresariales, al mantenimiento de la actividad y el empleo y, también, a amortiguar la reducción drástica de ingresos. A través de estas ayudas se pretende dar un soporte económico a las personas autónomas de los sectores afectados por el cierre de sus establecimientos o la merma de su actividad para minimizar el impacto producido por la crisis económica provocada por el COVID-19 y lograr que, una vez finalizada la alarma sanitaria, se produzca lo antes posible una reactivación de la economía del municipio de Zamora.

Podrán beneficiarse de estas ayudas los profesionales autónomos de los sectores del Comercio, la Hostelería, la Cultura, la Venta Ambulante y otros sectores afines, cuya relación aparece detallada por epígrafes económicos en las Bases de la Convocatoria, que se hallan disponibles en la página web del Ayuntamiento. Se concederá una única ayuda por autónomo solicitante con independencia de que pueda estar dado de alta en más de un epígrafe del IAE y su domicilio fiscal y, en su caso, el local donde desarrolla su actividad deberá estar radicado en el término municipal de Zamora.

Estas ayudas serán además compatibles con la percepción de otras subvenciones procedentes de cualquier otra Administración Pública o institución privada; si bien, en ningún caso, el importe del conjunto de las ayudas percibidas podrá superar la merma de ingresos de la actividad como consecuencia de la crisis provocada por el coronavirus.

14. TEST DE CORONAVIRUS. DIFERENCIAS ENTRE LA PCR Y LOS TEST RÁPIDOS

Para la detección de la presencia del virus SARS-COV-2 en el cuerpo humano (enfermedad del COVID-19), se han venido utilizando dos tipos de test, la **PRUEBA PCR** y el **TEST RÁPIDO DE ANTÍGENOS**. Estas dos pruebas buscan físicamente la presencia del virus en la muestra biológica, que se extrae de las fosas nasales y garganta, o de una muestra de sangre del paciente. Por otra parte, existe también una tercera prueba clínica denominada **TEST RÁPIDO SEROLÓGICO**, que aporta resultados sobre la presencia de anticuerpos, que se hayan generado a partir de la respuesta inmunológica generada por el paciente y ante la presencia que haya podido existir del virus en su cuerpo.



14.1 TEST PCR

La prueba que se ha estado haciendo hasta ahora en España, y por la que siguen apostando las autoridades sanitarias como prioritaria, se conoce como la de reacción en cadena de la polimerasa (PCR). Es también la más lenta y la más cara, ya que hay que hacerla en un laboratorio. Los resultados tardan entre 3 y 6 horas y la fiabilidad es superior al 90%. Detecta la presencia del virus desde el inicio de la infección, a través de una pequeña muestra extraída, con un bastoncillo, de la nariz y de la faringe.

14.2 TEST RÁPIDO DE ANTÍGENOS

El sistema de funcionamiento es similar a un predictor de embarazo. La extracción de la muestra es la misma que con la PCR, de una muestra de mucosa extraída del fondo de la nariz o de la boca. Este tipo de prueba es mucho más rápida y se obtienen resultados en poco más de un cuarto de hora. Ahora bien, el análisis es menos profundo, ya que solo detecta los antígenos, las proteínas que hay en la superficie del virus. De ahí que, según los estudios realizados, la sensibilidad sea solo de entre el 30 y el 40%. Se ha demostrado que puede dar un número elevado de falsos negativos y, por ello, la propia Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica recomienda reforzar con un PCR los negativos. Según los expertos, estos test rápidos tenían más sentido en una fase inicial de la pandemia.

14.3 TEST RÁPIDO SEROLÓGICO

De cara a la fase de desescalada del confinamiento, una vez se empiece a doblar la famosa curva de propagación del virus, será clave contar con los conocidos como test serológicos. Esta prueba no sirve para una fase inicial, ya que no detecta el virus, sino que se basa en la respuesta inmunológica del individuo. Es decir, es imprescindible para detectar quién ha pasado el coronavirus y quién no. La extracción de la muestra se hace a través de una gota de sangre, que se saca de un pinchazo en el dedo y el resultado se obtiene rápidamente, como máximo en media hora, con una sensibilidad superior al 88%. Empieza a ser útil a partir de una semana después de haberse infectado, cuando el cuerpo comienza a reaccionar, porque lo que se hace es detectar si hay o no anticuerpos. Gracias a estas pruebas serológicas se podrá calcular qué parte de la población ha superado la enfermedad y cuál es todavía susceptible de ser contagiada. Se podrá, por lo tanto, dimensionar de forma real los efectos de la pandemia.

15. NORMATIVA PUBLICADA EN RELACIÓN A COVID-19

Debido a la situación generada en nuestro país ante la expansión del coronavirus COVID-19, se ha estado publicando legislación tanto a nivel estatal como autonómico, sobre medidas preventivas y protocolos de actuación para la protección de la salud pública en diferentes ámbitos.

A continuación, se relaciona toda la normativa publicada en relación a COVID-19 en España hasta el momento.

15.1 NORMATIVA A NIVEL ESTATAL COVID-19

- Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Real Decreto 465/2020, de 17 de marzo, por el que se modifica el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- REAL DECRETO 487/2020, de 10 de abril, por el que se prorroga el estado de alarma declarado por el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 23 de abril de 2020, de la Secretaría General de Industria y de la Pequeña y Mediana Empresa, referente a los equipos de protección individual en el contexto de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 23 de abril de 2020, de la Secretaría General de Industria y de la Pequeña y Mediana Empresa, referente a los equipos de protección individual en el contexto de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 22 de abril de 2020, del Congreso de los Diputados, por la que se ordena la publicación del Acuerdo de autorización de la prórroga del estado de alarma declarado por el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo. (COVID-19)
- RESOLUCIÓN de 22 de abril de 2020, del Congreso de los Diputados, por la que se ordena la publicación del Acuerdo de convalidación del Real Decreto-ley 13/2020, de 7 de abril, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en materia de empleo agrario. (COVID-19)
- RESOLUCIÓN de 22 de abril de 2020, de la Dirección General de Cartera Común de Servicios del Sistema Nacional de Salud y Farmacia, por la que se publica el Acuerdo de la Comisión Interministerial de Precios de los Medicamentos de 21 de abril de 2020, por el que se establecen importes máximos de venta al público en aplicación de lo previsto en la Orden SND/354/2020, de 19 de abril, por la que se establecen medidas excepcionales para garantizar el acceso de la población a los productos de uso recomendados como medidas higiénicas para la prevención de contagios por el COVID-19.

- REAL DECRETO-LEY 15/2020, de 21 de abril, de medidas urgentes complementarias para apoyar la economía y el empleo. (COVID-19)
- ORDEN INT/356/2020, de 20 de abril, por la que se prorrogan los criterios para la aplicación de una restricción temporal de viajes no imprescindibles desde terceros países a la Unión Europea y países asociados Schengen por razones de orden público y salud pública con motivo de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/354/2020, de 19 de abril, por la que se establecen medidas excepcionales para garantizar el acceso de la población a los productos de uso recomendados como medidas higiénicas para la prevención de contagios por el COVID-19.
- ORDEN SND/353/2020, de 17 de abril, por la que se actualiza el anexo I de la Orden SND/276/2020, de 23 de marzo, por la que se establecen obligaciones de suministro de información, abastecimiento y fabricación de determinados medicamentos en la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/352/2020, de 16 de abril, por la que se modifica la Orden SND/234/2020, de 15 de marzo, sobre adopción de disposiciones y medidas de contención y remisión de información al Ministerio de Sanidad ante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/340/2020, de 12 de abril, por la que se suspenden determinadas actividades relacionadas con obras de intervención en edificios existentes en las que exista riesgo de contagio por el COVID-19 para personas no relacionadas con dicha actividad.
- RESOLUCIÓN de 9 de abril de 2020, del Congreso de los Diputados, por la que se ordena la publicación del Acuerdo de convalidación del Real Decreto-ley 10/2020, de 29 de marzo, por el que se regula un permiso retribuido recuperable para las personas trabajadoras por cuenta ajena que no presten servicios esenciales, con el fin de reducir la movilidad de la población en el contexto de la lucha contra el COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 9 de abril de 2020, del Congreso de los Diputados, por la que se ordena la publicación del Acuerdo de autorización de la prórroga del estado de alarma declarado por el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo.
- ORDEN INT/335/2020, de 10 de abril, por la que se prorrogan los controles en las fronteras interiores terrestres restablecidos con motivo de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 9 de abril de 2020, de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios, por la que se actualiza el Anexo de la Orden SND/321/2020, de 3 de abril, por la que se establecen medidas especiales para el uso de bioetanol en la fabricación de soluciones y geles hidroalcohólicos para la desinfección de manos con ocasión de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/337/2020, de 9 de abril, por la que se establecen las medidas necesarias para garantizar el cumplimiento de los servicios esenciales para la distribución al por menor de carburantes y combustibles en estaciones de servicio y postes marítimos.

como consecuencia de la declaración del estado de alarma por el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, para la gestión de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

- ACUERDO de 6 de abril de 2020, de la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia, relativo a la suspensión de plazos y tramitación de procedimientos en el marco del estado de alarma declarado por el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo.
- REAL DECRETO-LEY 13/2020, de 7 de abril, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en materia de empleo agrario. (COVID-19)
- ORDEN TMA/324/2020, de 6 de abril, por la que se dictan instrucciones sobre la utilización de las tarjetas de tacógrafo de conductor y empresa. (COVID-19)
- ORDEN SND/326/2020, de 6 de abril, por la que se establecen medidas especiales para el otorgamiento de licencias previas de funcionamiento de instalaciones y para la puesta en funcionamiento de determinados productos sanitarios sin marcado CE con ocasión de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- REAL DECRETO-LEY 10/2020, de 29 de marzo, por el que se regula un permiso retribuido recuperable para las personas trabajadoras por cuenta ajena que no presten servicios esenciales, con el fin de reducir la movilidad de la población en el contexto de la lucha contra el COVID-19.
- REAL DECRETO 476/2020, de 27 de marzo, por el que se prorroga el estado de alarma declarado por el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/293/2020, de 25 de marzo, por la que se establecen condiciones a la dispensación y administración de medicamentos en el ámbito del Sistema Nacional de Salud, ante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/307/2020, 30 de marzo, por la que se establecen los criterios interpretativos para la aplicación del Real Decreto-ley 10/2020, de 29 de marzo, y el modelo de declaración responsable para facilitar los trayectos necesarios entre el lugar de residencia y de trabajo.
- ORDEN INT/284/2020, de 25 de marzo, por la que se modifica la Orden INT/262/2020, de 20 de marzo, por la que se desarrolla el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, en materia de tráfico y circulación de vehículos a motor.
- ORDEN TMA/286/2020, de 25 de marzo, por la que se prorroga la prohibición de entrada de buques de pasaje procedentes de la República Italiana y de cruceros de cualquier origen con destino a puertos españoles para limitar la propagación y el contagio por el COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 25 de marzo de 2020, del Congreso de los Diputados, por la que se ordena la publicación del Acuerdo de convalidación del Real Decreto-ley 6/2020, de

10 de marzo, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en el ámbito económico y para la protección de la salud pública.

- RESOLUCIÓN de 25 de marzo de 2020, del Congreso de los Diputados, por la que se ordena la publicación del Acuerdo de convalidación del Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 25 de marzo de 2020, del Congreso de los Diputados, por la que se ordena la publicación del Acuerdo de convalidación del Real Decreto-ley 7/2020, de 12 de marzo, por el que se adoptan medidas urgentes para responder al impacto económico del COVID-19.
- ORDEN SND/299/2020, de 27 de marzo, por la que se modifica la Orden SND/232/2020, de 15 de marzo, por la que se adoptan medidas en materia de recursos humanos y medios para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- REAL DECRETO-LEY 9/2020, de 27 de marzo, por el que se adoptan medidas complementarias, en el ámbito laboral, para paliar los efectos derivados del COVID-19.
- ORDEN INT/283/2020, de 25 de marzo, por la que se prorrogan los controles en las fronteras interiores terrestres restablecidos con motivo de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/260/2020, de 19 de marzo, por la que se suspende la activación del servicio de gestión de la demanda de interrumpibilidad por criterios económicos ante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/276/2020, de 23 de marzo, por la que se establecen obligaciones de suministro de información, abastecimiento y fabricación de determinados medicamentos en la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- INSTRUCCIÓN de 23 de marzo de 2020, del Ministerio de Sanidad, por la que se establecen criterios interpretativos para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/272/2020, de 21 de marzo, por la que se establecen medidas excepcionales para expedir la licencia de enterramiento y el destino final de los cadáveres ante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/267/2020, de 20 de marzo, por la que se modifica la Orden SND/234/2020, de 15 de marzo, sobre adopción de disposiciones y medidas de contención y remisión de información al Ministerio de Sanidad ante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN INT/262/2020, de 20 de marzo, por la que se desarrolla el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, en materia de tráfico y circulación de vehículos a motor.

- ORDEN SND/257/2020, de 19 de marzo, por la que se declara la suspensión de apertura al público de establecimientos de alojamiento turístico, de acuerdo con el artículo 10.6 del Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/271/2020, de 19 de marzo, por la que se establecen instrucciones sobre gestión de residuos en la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 20 de marzo de 2020, de la Secretaría General de Industria y de la Pequeña y Mediana Empresa, sobre especificaciones alternativas a las mascarillas EPI con marcado CE europeo.
- ORDEN TMA/264/2020, de 20 de marzo, por la que se modifica la Orden TMA/259/2020, de 19 de marzo, por la que se dictan instrucciones sobre transporte por carretera.
- ORDEN TMA/247/2020, de 17 de marzo, por la que se establecen las medidas de transporte a aplicar a las conexiones entre la península y la Comunidad Autónoma de Illes Balears.
- ORDEN TMA/246/2020, de 17 de marzo, por la que se establecen las medidas de transporte a aplicar a las conexiones entre la península y la Comunidad Autónoma de Canarias.
- CORRECCIÓN DE ERRORES de la Orden INT/239/2020, de 16 de marzo, por la que se restablecen los controles en las fronteras interiores terrestres con motivo de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Orden TMA/254/2020, de 18 de marzo, por la que se dictan instrucciones en materia de transporte por carretera y aéreo.
- RESOLUCIÓN de 16 de marzo de 2020, del Instituto Social de la Marina, por la que se adoptan determinadas medidas, con motivo del COVID-19, en relación con las prestaciones y servicios específicos para el sector marítimo-pesquero.
- Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19.
- ORDEN SND/232/2020, de 15 de marzo, por la que se adoptan medidas en materia de recursos humanos y medios para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SND/234/2020, de 15 de marzo, sobre adopción de disposiciones y medidas de contención y remisión de información al Ministerio de Sanidad ante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN INT/228/2020, de 15 de marzo, por la que se establecen criterios de aplicación del Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, en el ámbito del Sistema Nacional de Protección Civil.

- ORDEN SND/233/2020, de 15 de marzo, por la que se establecen determinadas obligaciones de información de acuerdo con lo previsto en el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Real Decreto-ley 7/2020, de 12 de marzo, por el que se adoptan medidas urgentes para responder al impacto económico del COVID-19.
- Real Decreto-ley 6/2020, de 10 de marzo, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en el ámbito económico y para la protección de la salud pública.

15.2 NORMATIVA AUTONÓMICA DE CASTILLA Y LEÓN. COVID-19

- ORDEN SAN/350/2020, de 20 de abril, por la que se deja sin efecto la medida de puesta a disposición del sistema público de salud de Castilla y León de determinados centros y establecimientos sanitarios privados en el territorio de la Comunidad de Castilla y León, adoptada como consecuencia del estado de alarma ocasionado por el COVID-19, en las provincias de Palencia, Salamanca, Segovia, Valladolid y Zamora.
- RESOLUCIÓN de 16 de abril de 2020, de la Gerencia Regional de Salud de Castilla y León, por la que se encomienda a la Dirección General de Producción Agropecuaria de la Consejería de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Rural la realización de pruebas analíticas de detección del virus COVID-19.
- RESOLUCIÓN de 15 de abril de 2020, de la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad de la Administración de la Comunidad de Castilla y León, en relación con el procedimiento de notificación por los centros, servicios y establecimientos sanitarios de diagnóstico clínico acerca de los casos COVID 19 confirmados en nuestra comunidad.
- ORDEN PRE/339/2020, de 6 de abril, por la que se adoptan medidas en materia de asignación eficiente de recursos humanos disponibles en el ámbito de la Administración de la Comunidad de Castilla y León y sus organismos autónomos ante la situación de crisis ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SAN/331/2020, de 20 de marzo, por la que se adoptan medidas para la puesta a disposición del Servicio Público de Salud de Castilla y León de los centros y establecimientos sanitarios privados en el territorio de la Comunidad de Castilla y León como consecuencia del estado de alarma ocasionado por el COVID-19.
- CORRECCIÓN DE ERRORES de la Orden SAN/309/2020, de 15 de marzo, por la que se adoptan medidas relativas a los servicios de transporte público regular de uso general de viajeros por carretera de titularidad de la Comunidad de Castilla y León, en aplicación de lo dispuesto en el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SAN/309/2020, de 15 de marzo, por la que se adoptan medidas relativas a los servicios de transporte público regular de uso general de viajeros por carretera de titularidad de la Comunidad de Castilla y León, en aplicación de lo dispuesto en el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- ORDEN SAN/306/2020, de 13 de marzo, por la que se amplían las medidas preventivas en relación con el COVID-19 para toda la población y el territorio de la Comunidad de Castilla y León.
- ORDEN SAN/307/2020, de 13 de marzo, por la que se adoptan medidas para el personal que presta servicios en los centros e instituciones sanitarias de la Gerencia Regional de Salud en relación con el COVID 19.

- ACUERDO 9/2020, de 12 de marzo, de la Junta de Castilla y León, sobre medidas a adoptar en los centros de trabajo dependientes de la Administración de la Comunidad Autónoma con motivo del COVID-19.
- ORDEN FYM/298/2020, de 12 de marzo, por la que adoptan medidas de carácter obligatorio en relación con el COVID-19.
- ORDEN SAN/300/2020, de 12 de marzo, por la que se amplían las medidas preventivas en relación con el COVID-19 para toda la población y el territorio de la Comunidad de Castilla y León.
- ORDEN SAN/295/2020, de 11 de marzo, por la que se adoptan medidas preventivas y recomendaciones en relación con el COVID-19 para toda la población y el territorio de la Comunidad de Castilla y León.
- CORRECCIÓN DE ERRORES del Acuerdo 9/2020, de 11 de marzo, de la Junta de Castilla y León, sobre medidas a adoptar en los centros de trabajo dependientes de la Administración de la Comunidad Autónoma con motivo del COVID-19.

16. CANALES DIVULGATIVOS:

- **Colegio de Ingenieros Técnicos Industriales de la Provincia de Zamora:**
<http://www.cogitiza.org/>
- **Doctor Moreno:**
<https://www.youtube.com/watch?v=3kyvNdf-gtE&list=PLbLj9TgVy7CQmjEU6c8F7cnPg57heMXKX>
- **Tomás Pueyo (Ingeniero de origen español):** Teoría del MARTILLO y la DANZA.
<https://medium.com/tomas-pueyo/coronavirus-el-martillo-y-la-danza-32abc4dd4ebb>
- **Carlos Arcila (Profesor del Departamento de Sociología y Comunicación de la USAL),** reflexiona sobre los riesgos de la propagación por las redes sociales de discursos de odio y noticias falsas.
<https://www.youtube.com/watch?v=TqyAmXX8okg&feature=youtu.be>

