

ANEXO 1.

PROTOCOLO DE MEDIDAS ORGANIZATIVAS Y ESPECÍFICAS

CENTRO: FACULTAD DE ENFERMERÍA, FISIOTERAPIA Y PODOLOGÍA

Para la elaboración y aplicación del protocolo de gestión y organización de la reanudación de la actividad de la Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología se han integrado las medidas preventivas dispuestas por la Unidad de Prevención de Riesgos Laborales en la GUÍA TÉCNICA GENERAL DE RECOMENDACIONES PREVENTIVAS PARA LA REINCORPORACIÓN A LOS CENTROS DE TRABAJO DE LA UCM CON RELACIÓN A LA POTENCIAL EXPOSICIÓN AL SARSCOV-2 (COVID-19) disponible en: <https://www.ucm.es/guia-tecnica-prl/>

1.- RECOMENDACIONES PREVENTIVAS PREVIAS AL REINICIO DE LA ACTIVIDAD PRESENCIAL

1. ESTRATEGIAS DE HIGIENE GENERAL

- Se dispondrá de dispensadores con solución hidro-alcohólica al alcance del personal, en puntos que resulten estratégicos: puerta de entrada al Centro, conserjería, zonas de espera, aulas y despachos, sala de informática, etc...
- Se colocará información visual (carteles, pero nunca folletos o revistas que tengan que ser manipulados para acceder a la información que contienen) en lugares estratégicos de la Facultad y en las distintas pantallas informativas del Centro para proporcionar las instrucciones sobre higiene de manos, uso de mascarillas y otra información de interés proporcionada por la Dirección de Prevención de Riesgos Laborales (vídeos informativos)
- Se ubicarán papeleras de pedal para el deshecho de residuos tales como pañuelos, mascarillas, guantes, etc... en la entrada a la Facultad, zonas de descanso comunes, Secretaría de Alumnos, pasillos de aulas, sala de espera. La retirada de los residuos se realizará, hasta la incorporación de todo el personal de la Facultad, antes del cierre del Centro (el número de trabajadores que reinician la actividad laboral es mínimo, permitiendo que los contenedores no rebosen. No obstante, en determinadas zonas de tránsito, se revisarán cada dos horas
- Se establecerá el trabajo online hasta que las fase de desescalada permitan el acceso de todo el personal Centro y el reinicio de la actividad. El número de efectivos exentos por edad y patologías en las áreas de atención al público, supone el 90 por ciento del total de trabajadores.
- Algunos de los trabajadores afectados por enfermedad o por edad, solicitarán la incorporación al trabajo antes de la fase de normalidad, dependerá de los informes Médicos evacuados por el órgano competente que la Gerencia permita estas incorporaciones.
- El reinicio de la actividad de la Clínica de Podología, por ser obligatoriamente presencial, condicionará la actividad laboral de la Facultad, de manera que coincida la apertura del Centro para el funcionamiento de Facultad y Clínica.



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE

MADRID

2. HIGIENE EN LA FACULTAD

- Se realizarán tareas de ventilación periódica en las instalaciones, como mínimo, de forma diaria y por espacio entre 10 y 15 minutos.
- Es recomendable reforzar la limpieza especialmente en aquellas zonas que no permiten una ventilación natural a través de aperturas al exterior.
- Se revisarán aquellos sistemas de climatización y ventilación para que estén operativos en aquellos espacios que sean necesario.
- Se reforzarán las tareas de limpieza en todas las estancias de la Facultad, con especial incidencia en superficies, especialmente aquellas que se tocan con más frecuencia, así como todos los aparatos de uso habitual por los trabajadores, mesas y teléfonos compartidos.
- En caso de turnos se programará una limpieza por personal específico, entre ambos.
- Los detergentes habituales son suficientes, aunque también se pueden contemplar la incorporación de lejía u otros productos desinfectantes a las rutinas de limpieza, siempre en condiciones de seguridad.
- En todo caso, todas las tareas deben realizarse con mascarilla quirúrgica y guantes de un solo uso.
- 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.
- Se prestará especial atención a la limpieza de los elementos comunes como son: sillas de sala espera, suelos, mobiliario, interruptores luz, pomos de puertas y ventanas, pasamanos pasillos y escaleras, grifos, pulsador cisterna, mesas, apoyabrazos de sillones, intercomunicadores, impresoras y dispositivos informáticos, etc...
- Los residuos acumulados en las papeleras deberán ser retirados una vez finalizada la jornada.

3. PREVENCIÓN POR ZONAS:

• **Conserjería/Salas de espera/Secretaría de alumnos/Despachos:**

- Se retirará todo tipo de elementos de uso común que tengamos a disposición pública: revistas, libros, folletos informativos, etc. Se ha demostrado que el coronavirus permanece activo encima de papel y cartón durante 24 horas.
- Se limitará al máximo el número de sillas, distribuyéndolas de tal manera que se respeten amplios espacios de seguridad (como mínimo 2 metros entre una y otra). En aquellos casos en los que las sillas no se puedan separar, se señalarán de forma visible las sillas que no puedan ser usadas.
- Se cerrarán transitoriamente aquellos espacios que supongan un riesgo por imposibilidad de asegurar las normas de higiene y distanciamiento, mala ventilación, compartir elementos de cocina, etc.; serán señalizados adecuadamente como fuera de uso temporal. También se señalará las zonas que se establezcan como sucias.
- En los lugares de trabajo que así lo precisen (Secretaría de Alumnos, Aula de Informática, Asuntos Económicos, etc.. se marcará en el suelo con tiras de colores fácilmente identificables, la distancia mínima requerida entre usuarios y el puesto de trabajo mientras esperan a ser atendidos.

- Nada más llegar los usuarios se les informará que queda prohibido deambular por los espacios comunes o asomarse a otras áreas. Asimismo, se les recomendará evitar tocar nada con las manos (silla, mesa, pomos de puerta, etc.).
 - En los espacios de atención al alumno, personal de la Facultad o visitantes se potenciará la seguridad con barreras físicas tipo mamparas.
Deberán ser de material transparente (plástico duro rígido, metacrilato, cristal para permitir una buena visibilidad de los trabajadores.
Los materiales serán resistentes a rotura por impacto y que no puedan causar lesiones en caso de rotura.
Ni los bordes de las mamparas ni cualquiera de sus elementos podrán producir cortes.
Los materiales deberán ser fáciles de limpiar e higienizar. Las mamparas se limpiarán por ambos lados.
Las mamparas transparentes que por su ubicación puedan suponer riesgo de golpear o chocar con ellas, deberán disponer, a la altura de los ojos, de una señalización (por ejemplo, una banda de color) y anchura adecuada para que contraste con el color del fondo. La banda de color deberá permanecer estable en el tiempo y ser resistente a los agentes agresivos, como, por ejemplo, las sustancias de limpieza.
El sistema de instalación de la mampara deberá garantizar su estabilidad, para que no suponga un riesgo de vuelco o caída sobre el trabajador.
 - Todo el personal del Centro tendrán a disposición en sus puestos de trabajos desinfectante para la limpieza de los objetos de trabajo de uso personal, los cuales serán recogidos en cajoneras o armarios una vez se haya finalizado su jornada laboral para facilitar la limpieza general.
 - Los objetos de uso personal como gafas, móviles, tarjetas de acceso, carteras, bolsos, etc., se limpiarán con frecuencia con los productos indicados por cada fabricante.
- **Espacios comunes:**
- Se colocarán carteles con instrucciones sobre el adecuado lavado de manos encima de cada lavabo.
 - Se colocará jabón líquido con dispensador en cuartos de baño.
 - Se evitará el uso compartido de ascensores colocando cartelera fuera y dentro del ascensor que recuerde que sólo una persona puede hacer uso de él y siempre con uso prioritario por personal con movilidad reducida, fomentando el acceso por escaleras y respetando los flujos marcados en el suelo según la dirección del flujo.
 - Se evitarán los grupos de personas en zonas comunes o de descanso, se inutilizarán cafeteras, máquinas de vending o se adaptarán de forma que el pago se realice con tarjeta de crédito y no sea manual.
 - Se inutilizarán las fuentes de agua.
 - El uso de zonas comunes (áreas de descanso, vestuarios, etc.) será escalonado.
 - En los pasillos y escaleras se circulará junto a la pared de nuestra derecha, dejando nuestro lado izquierdo, para el sentido contrario de circulación.
 - A la hora de adoptar las medidas preventivas para evitar el contagio por COVID-19, se debe tener en cuenta que las vías de evacuación para casos de emergencias no deben ser modificadas en ningún caso.

- El uso de mascarilla será obligatorio.
- Se instruirá al personal sobre la necesidad de dejar sus mesas recogidas para facilitar limpieza y se darán indicaciones para la correcta autolimpieza de equipos y herramientas.

Como ayuda a la implementación de medidas de señalamiento, nuestro Centro utilizará:

- La delimitación de espacios en el suelo se realizará mediante bandas continuas de un color visible, preferentemente amarillo.
- Las que se instalen en el suelo, deberán ser antideslizantes.
- Deberán ser resistentes al desgaste y a la limpieza.
- Se deberá realizar un mantenimiento adecuado de manera que conserven sus propiedades.

2. RECOMENDACIONES PREVENTIVAS EN EL DESPLAZAMIENTO Y ACCESO AL CENTRO DE TRABAJO

1. TRABAJADORES: ANTES DE IR AL TRABAJO

- a. La reanudación de las actividades presenciales como será efectuada por fases graduales y progresivas. Entre estas fases se establecerán intervalos mínimos de dos semanas, a fin de poder valorar la efectividad de las medidas preventivas adoptadas para evitar la propagación del COVID-19 y estar en condiciones de identificar eficazmente el riesgo de nuevos brotes y responder a los mismos de forma adecuada.
- b. Desde el Centro se recomienda que cada trabajador, antes de acudir al trabajo, si fuese posible, controle su temperatura corporal. En caso de febrícula, 37,5°C o cualquier sintomatología (tos, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 no debe acudir al trabajo y tiene que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de la Comunidad de Madrid (**900 102 112**) o con su centro de atención primaria y seguir sus instrucciones. No debe acudir a su puesto de trabajo hasta que le confirmen que no hay riesgo para el trabajador o para los demás y se avisará a Gerencia de la Facultad () para que lo ponga en conocimiento a la Dirección de Prevención de Riesgos Laborales. (Anexo 2)
- c. Si ha estado en contacto estrecho con 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 ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19, tampoco debe acudir a su puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días. Durante ese periodo debe realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.
- d. El centro tendrá en cuenta a sus trabajadores vulnerables para su readaptación, facilitar el teletrabajo y para realizar la organización del trabajo en función del personal disponible
- e. Durante las primeras fases prevalecerá el teletrabajo.
- f. Este personal vulnerable no deberá prestar servicios presenciales en Centros de la UCM durante esta situación especial y se gestionará su incorporación en la

última fase, cuando el control de la pandemia esté más avanzado. El Área Médica de la Unidad de prevención deberá conocer estas situaciones para adoptar las medidas establecidas por el Ministerio de Sanidad.

- g. Así mismo, se tomarán en consideración las peticiones de conciliación de la vida familiar y laboral, para el cuidado de hijos menores de 14 años o atención a personas dependientes con las que se conviva, para valorar flexibilidad, teletrabajo o adaptaciones posibles.
- h. Deben ser planificadas en último lugar todas aquellas actividades dentro de la Facultad que supongan aglomeraciones o para las que no se pueda asegurar una distancia social de dos metros, tales como las docentes.
- i. Se pospondrán, si las hubiere, aquellas actividades en las que no se pueda garantizar el establecimiento de medidas organizativas y técnicas adecuadas, no siendo retomadas hasta que las condiciones sanitarias sean más propicias.
- j. Si en algún momento se produjese un caso de contagio positivo, se deberán seguir lo establecido en la GUÍA BÁSICA DE ACTUACIÓN ANTE CASOS DE COVID-19 de la UCM, y poder establecer las medidas pertinentes de desinfección, etc.

- **Desplazamientos al trabajo:**

- Se flexibilizarán los horarios para facilitar que el personal que deba realizar trabajo presencial pueda acceder al trabajo, en franja horaria fuera de las horas punta para evitar, en la medida de lo posible, las aglomeraciones de personal en transportes públicos y en la entrada a los centros de trabajo, con el fin de poder mantener la distancia social mínima de 2 metros.

2. ACCESO A LA FACULTAD:

- La facultad permanecerá abierta en Fase 2 desde las 9 hasta las 13 h de lunes a jueves.
- Se establecerá una puerta de entrada a la Facultad y de salida, siempre que sea posible, que se señalará adecuadamente para evitar cruces.
- En ambas puertas entrada y salida a la Facultad se mantendrá una hoja de la puerta permanentemente abierta, evitando tocar en el mecanismo de apertura.
- Para esta señalización no podrán usarse las señales normalizadas como SALIDA, instaladas a tenor del Plan de Emergencia del Centro, que no deberán moverse del lugar donde se instalaron. Se usará una cartelería diferente y con otro color.
- La actividad laboral se planificará para que los trabajadores puedan mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, tanto en la entrada y salida al centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo. Para garantizar la distancia social de 2 metros entre personas en los lugares de trabajo se indica, en función de las facilidades y del número de trabajadores presentes, por ejemplo:
 - Disminución del número de personas presentes por turno a las estrictamente necesarias
 - Mayor número de turnos pero con menor número de trabajadores
 - Reasignación de tareas
 - Reubicación de los puestos y/o mobiliario dentro del lugar trabajo

- En función de la fase, se iniciará el trabajo presencial con el 30% de los trabajadores, redistribución de tareas, escalonando horarios y turnos y/o teletrabajando, e incrementándose el porcentaje según recomienda la guía.
- Hay que asegurar que la distancia interpersonal está garantizada en las zonas comunes (aseos, vestuarios, accesos al Centro) y, en cualquier caso, deben evitarse aglomeraciones de personal en estos puntos.
- La reanudación de la actividad deberá 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.
- Se establecerán sistemas adecuados para conocer en todo momento qué trabajadores han accedido al Centro, solicitando y notificando a la Gerencia la causa que lo justifica, así como la fecha y hora de entrada y salida. De la misma forma se procederá con el personal externo.
- Se sustituye el sistema de fichaje por la notificación a la Gerencia, vía correo electrónico (mjossanc@ucm.es) de su entrada y salida para registro.

3. RECOMENDACIONES PREVENTIVAS CONCRETAS EN EL LUGAR DE TRABAJO

- 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.
- Se proveerá al personal de 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 hidro-alcohólica, guantes, etc..
- Cumplir con todas las medidas de prevención que se indican en este documento.
- Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidro-alcohólica. En este sentido, es especialmente importante lavarse después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Tratar de que cada lavado dure al menos 40-60 segundos si es con agua y jabón o de 20-30 segundos si es con solución alcohólica (recordar que si las manos están sucias, previo a la solución alcohólica hay que realizar un lavado con agua y jabón. La solución alcohólica sólo refuerza la higiene de manos).
- Cubrir la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y tirarlo a continuación en cubo con cierre de pedal. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Facilitar el trabajo al personal de limpieza cuando abandonen su puesto, despejando lo máximo posible.
- Tirar cualquier desecho de higiene personal de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.
- Estas medidas estarán visibles en forma de carteles en distintos puntos del Centro.
- En las zonas de trabajo compartidas y/o de atención a personal, se establecerán sistemas de protección mediante mamparas, cuyas características están recogidas en el punto 1.3 de este anexo.

4. RECOMENDACIONES PREVENTIVAS ESPECÍFICAS PARA LA DOCENCIA PRÁCTICA Y REALIZACIÓN DE PRUEBAS PRESENCIALES

En el momento en el puedan llevarse a cabo pruebas presenciales, se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

- El acceso al Centro deberá ser con mascarilla, excepto en los casos que la norma establece la ausencia de la misma.
- Mantener una distancia de seguridad entre los alumnos que se examinen de dos metros tanto en el interior del examen como en el acceso al mismo y zonas comunes.
- No se compartirá material entre alumnos ni con profesores.
- Las respuestas del examen se depositarán en una caja evitando el contacto entre profesor y alumno
- Después de cada prueba el aula se limpiará según los protocolos establecidos en el punto primero
- Antes de entrar al aula, alumnos y profesores se limpiarán las manos con gel hidroalcohólico.
- Se limitará la ocupación, como máximo, a un tercio de su capacidad total permitida (número de asientos) respetado en la distribución de asientos el espacio libre de pasillos, zonas acceso a mobiliario y puertas de entrada y salida, etc. En caso de aulas con zonas libres muy reducidas la ocupación total se reducirá a un cuarto de su capacidad.
- Se informará a los estudiantes de las medidas higiénicas, así como de la importancia de extremar las precauciones al utilizar las zonas comunes (aseos, entrada y salidas, aulas de informática...), al compartir objetos personales, apuntes, y auto-responsabilizarse de su correcta desinfección.

5. CATEGORIZACIÓN DEL RIESGO COVID

Si se da alguna condición de las siguientes, se consultará con la Unidad de Prevención de Riesgos Laborales para su valoración y orientación en las medidas a tomar, además de recoger la relación de puestos de trabajo afectados.

- Existencia de trabajadores infectados por CoVid-19 (Nuevo trabajador contagiado y confirmado)
- Sospecha de contacto de algún trabajador con síntomas (Nuevo trabajador con síntomas sin confirmar)

Adicionalmente, solo en el caso de que el Centro presente alguna de las siguientes condiciones, deberá recoger la relación de puestos de trabajo afectados y consultar con la Unidad de Prevención de Riesgos Laborales para su valoración y orientación en las medidas a tomar.

En el Centro existe alguna persona incluida en las siguientes situaciones de exposición al riesgo:

- Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a personas sintomáticas
- Personal sanitario sin contacto directo con personas sintomáticas



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE

MADRID

- Personal de laboratorio que trabaja con muestras de diagnóstico virológico
- Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario

Relación de puesto/s de trabajo afectado/s:

- Podólogos y personal de administración y servicios en la Clínica Universitaria de Podología.
- Personal sanitario de los Hospitales y Centros de Salud asociados a la Facultad de Enfermería Fisioterapia y Podología.

FACULTAD DE ENFERMERÍA, FISIOTERAPIA Y PODOLOGÍA

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

LAVADO DE MANOS



BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

Sigue estos pasos durante el lavado de manos



40-60"



Mójate las manos.



Deposita suficiente jabón en las palmas.



Frota las palmas entre sí.



la palma de una mano contra el dorso de la otra, entrelazando los dedos y viceversa.



las palmas entre sí, con los dedos entrelazados,



el dorso de los dedos con la palma opuesta, agarrando los dedos.



el pulgar con la palma de la mano rotando.



la punta de los dedos contra la palma, rotando.



y continúa lavando las muñecas.



Enjuégate las manos.



Sécate con una toalla desechable.



utilízala para cerrar el grifo y tírala a la basura.



Si quieres más información <https://www.mscbs.gob.es/>



MEDIDAS HIGIÉNICAS BÁSICAS



Utiliza pañuelos desechables.



Cubre tu boca y la nariz con el pañuelo desechable al estornudar o toser y posteriormente deséchalo. Evita tocar tus ojos, la nariz y la boca.



Cuando no dispongas de un pañuelo, tapa la nariz y la boca con el ángulo interno del codo cuando vayas a toser o estornudar.



Higieniza tus manos: lava tus manos con agua y jabón o utiliza una solución hidroalcohólica.



GRACIAS POR COLABORAR. PREVENIR EL CONTAGIO ES LA MEJOR MEDIDA

COLOCACIÓN Y RETIRADA DE MASCARILLA QUIRÚRGICA



MASCARILLAS QUIRÚRGICAS

PRODUCTO SANITARIO UNE-EN 14683

Reducen la emisión de agentes infecciosos desde la nariz y la boca de un portador asintomático o de un paciente con síntomas clínicos

Protección de dentro hacia fuera





COLOCACIÓN

1. Lávate las manos antes de colocarte la mascarilla quirúrgica
2. Sigue las recomendaciones del fabricante.



La parte coloreada debe mantenerse como cara externa





En caso de mascarillas con cordones y no con gomas: asegurar los cordones por detrás de la cabeza, una a la altura de la nuca y otra en la mitad posterior de la cabeza.





Ajústate la mascarilla quirúrgica lo más pegado a la cara, cubriendo nariz y boca

RETIRADA



La retirada se efectúa desde las cintas o las gomas, nunca se tocará la parte externa de la mascarilla.

RECUERDA

Desecharla tras su uso en el contenedor adecuado e higieniza tus manos

