

PLAN DE CONTINGENCIA FRENTE AL CORONAVIRUS (COVID-19) EN EL RETORNO A LA ACTIVIDAD

- 1. INTRODUCCIÓN**
- 2. INFORMACIÓN SOBRE CORONAVIRUS**
 - a. Qué son los coronavirus
 - b. Qué es el Coronavirus COVID-19
 - c. Sintomatología del Coronavirus COVID-19
 - d. Cómo se contagia
 - e. ¿Cuál es el periodo de transmisión?
 - f. Supervivencia de coronavirus
- 3. MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL**
 - a. Medidas de higiene personal
 - b. Medidas de higiene en el trabajo
 - c. Medidas de control
 - d. Otras medidas a considerar
- 4. PLANIFICACIÓN DEL TRABAJO**
 - a. Gestión y Organización
 - b. Desplazamientos
 - c. Control de Accesos
 - d. Zonas Comunes
 - e. Puestos de trabajo
 - f. Personal Externo
- 5. ANEXOS**
 - a. Decálogo de cómo actuar frente al COVID 19
 - b. Que hacer frente al COVID 19
 - c. Uso de guantes
 - d. Lavado de manos
 - e. Uso mascarillas
 - f. Como actuar al salir de casa

1. INTRODUCCIÓN

Los coronavirus son virus que circulan entre los animales, pero algunos de ellos también pueden afectar a los seres humanos. El nuevo brote de Coronavirus (COVID-19) fue identificado en China a finales de diciembre de 2019 y es una nueva cepa que no se había visto previamente en humanos, que nos ha llevado a un escenario de epidemia, lo que supone una amenaza para el funcionamiento y continuidad de las empresas.

Desde el pasado 14 de marzo España se encuentra en Estado de Alarma por lo que la actividad económica se ha visto limitada debido al confinamiento de la población. Del 27 de marzo a 11 de abril se decretó el cese de las actividades económicas no esenciales, del 12 de abril al 26 de abril se ha producido una prórroga del estado de alarma permitiendo la reactivación parcial de la economía.

Es necesario que las organizaciones, dispongan de un Plan de actuación capaz de dar respuesta ante esta amenaza, por ello, estas organizaciones, entre otras acciones, deben identificar aquellas funciones que consideren críticas o esenciales y que son absolutamente necesarias para mantener la productividad en niveles aceptables durante el estado de alarma y la epidemia. En el presente protocolo se incluyen las acciones a llevar a cabo en la reactivación de la actividad de Feria de Zaragoza.

2. INFORMACIÓN SOBRE CORONAVIRUS

a. Qué son los coronavirus:

Los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS-CoV).

b. Qué es el Coronavirus COVID-19:

El nuevo coronavirus COVID-19 es una nueva cepa de virus que no se había encontrado antes en el ser humano. Los coronavirus se pueden contagiar de los animales a los humanos, mediante la transmisión zoonótica.

c. Sintomatología del Coronavirus COVID-19:

Existen diferentes sintomatologías de este tipo de infecciones, desde la ausencia de cualquier tipo de síntoma, hasta síntomas respiratorios leves o agudos. En general, los síntomas principales de las infecciones por coronavirus suelen ser:

- Secreción y goteo nasal
- Tos
- Fatiga
- Dolor de garganta y de cabeza
- Fiebre
- Escalofríos y malestar general
- Disnea - dificultad para respirar

Esas infecciones suelen cursar con fiebre y síntomas respiratorios como: tos y disnea o dificultad para respirar. En los casos más graves, pueden causar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo, insuficiencia renal e, incluso llegar a causar la muerte.

d. **Cómo se contagia:**

El modo de transmisión habitual entre seres humanos, es principalmente a través del aire, mediante las gotículas o microgotas que generamos con la saliva, así como las secreciones nasales que se expulsan al toser, al hablar o al simplemente estornudar.

Cuando estornudamos, tosemos o hablamos, estamos expulsando estas pequeñas gotas de saliva, o secreciones nasales que puede contener esta nueva cepa del coronavirus en su interior en aquellas personas que la padezcan. Estas microgotas respiratorias no sólo quedan dispersas en el aire, sino que también se quedan en nuestras prendas de ropa, manos, o en las superficies aledañas.

Por tanto, el virus se puede transmitir al tocarse los ojos, la nariz, la boca o tocar superficies en las que se hayan depositado microgotas o secreciones respiratorias procedentes de una persona infectada.

e. **¿Cuál es el periodo de transmisión?:**

Según la Organización Mundial de la Salud, se ha establecido que el periodo de transmisión está comprendido entre las 24 horas antes del inicio de los síntomas del caso hasta 14 días después.

f. **Supervivencia de coronavirus:**

El tiempo que puede llegar a sobrevivir el virus fuera del cuerpo humano depende del tipo de superficie en la que se deposita:

- En las manos, su duración es menor a 5 minutos.
- En superficies porosas como telas, papeles y pañuelos no más de 8 a 12 horas
- En superficies no porosas, tales como plásticos, acero inoxidable, metales, puede mantenerse de 24 a 48 horas.

Por eso es necesario intensificar las medidas higiénicas habituales en los lugares en los que conviven muchas personas.

3. MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL

- Medidas de higiene personal

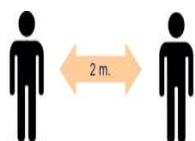
Todo el personal debe practicar una buena higiene de manos y respiratoria, para evitar posibles contagios, cumpliendo unos sencillos pasos que a continuación se enuncian:



- **Lávese las manos frecuentemente** con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón, así se consigue matar el virus si este está en contacto en sus manos.



- **Adopte medidas de higiene respiratoria**, al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón, para evitar la propagación de gérmenes y virus. Si usted estornuda o tose cubriéndose con las manos puede contaminar los objetos o las personas a los que toque.



- **Mantenga el distanciamiento social.** Mantenga una distancia de 2 metros entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y/o tengan fiebre, evitando así su posible inhalación.



EVITE tocarse
la cara

- **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.** Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puede contagiarse usted mismo.

- Medidas de higiene en el trabajo
 - Mantener limpias y desinfectadas las instalaciones del centro como superficies, pomos de las puertas, muebles, lavabos, suelos, teléfonos, etc. Se puede usar como desinfectante la lejía de uso doméstico.
 - Ventilar adecuadamente las instalaciones.
 - Usar guantes desechables durante tareas de limpieza.
 - Usar mascarillas si no se puede mantener la distancia de distanciamiento social.
- Medidas de control
 - Si presentas síntomas como fiebre o tos, quédate en casa y llama al teléfono habilitado en Aragón (976696382) y aíslate en tu habitación.
 - Si tienes Sensación de falta de aire, empeoramiento o sensación de gravedad llama al 112.
- Otras medidas a considerar
 - Evitar los contactos muy cercanos, así como compartir cualquier tipo de material de oficina, como bolígrafos u otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones.
 - Usar el fichador del ordenador o del teléfono.
 - Limitar las reuniones en la medida de lo posible.

4. PLANIFICACIÓN DEL TRABAJO

- Gestión y Organización
 - Se informará a la mutua del personal vulnerable que haya entre los trabajadores para valorar su situación de forma personalizada.
 - Se informará sobre los riesgos y medidas preventivas relativas al COVID-19 al personal de Feria de Zaragoza y a las subcontratas que trabajen en los distintos centros mediante el envío de los riesgos y medidas preventivas por medios telemáticos.
 - Se colocará cartelería específica en los centros de trabajo sobre medidas preventivas, sensibilización y concienciación y de medidas higiénicas, especialmente en las áreas de personal y acceso.
 - Se potenciará el teletrabajo en todas las áreas, dotando de los medios técnicos necesarios a los trabajadores.
 - Aquellos trabajadores que teletrabajen deberán realizar una autoevaluación de su puesto de trabajo.
 - Se evitarán las reuniones presenciales, en la medida de lo posible, potenciando las video conferencias.
 - El personal presencial será aquel que no tenga posibilidad de teletrabajar.
 - Al personal presencial se le dotará de EPIS necesarios para la realización de su trabajo, tales como mascarillas, guantes y gafas protectoras.
 - Se dotará de los equipos de trabajo necesarios a cada trabajador para limitar en lo posible el uso compartido.
 - Se trabajará solamente en un turno de trabajo presencial, preferiblemente de mañana.
 - Se paralizarán los viajes hasta la finalización del estado de alarma. Autorizando solo los mínimos imprescindibles mientras dure la pandemia.

- El personal externo que acceda al centro de trabajo se limitará al personal externo de labores de mantenimiento y reparaciones y a la entrega de material necesario para el funcionamiento de Feria de Zaragoza.
- Se limitarán las visitas de personal externo, comerciales, etc, potenciando los contactos vía teléfono, mail,...
- Se hará especial hincapié en la limpieza de elementos de contacto, tales como pomos, puertas, ...
- Desplazamientos
 - Los desplazamientos al centro de trabajo se realizarán en vehículo privado, estando cancelado el servicio de transporte de empresa hasta el fin del estado de alarma.
 - En caso de uso del transporte de empresa este se limitará a un aforo máximo de un tercio de los asientos disponibles.
 - El uso de elementos de transporte internos se limitará a un aforo máximo de un tercio de los asientos disponibles, siempre que no sea unipersonal.
- Control de Accesos
 - El personal aparcará su vehículo en el aparcamiento de oficinas tras identificarse en el control de acceso, dejando al menos una plaza libre entre cada vehículo.
 - Se usará el fichador del móvil o del ordenador, siempre que sea posible, en vez del fichador físico.
- Zonas Comunes
 - Se dispondrá de gel hidroalcohólico en las zonas comunes, tales como entradas, vestuarios, fichador, y jabón bactericida en los aseos.
 - Se deberá usar guantes en el uso de las máquinas de café o similares.
 - El uso del ascensor será individual.
 - Se limitará el aforo a razón de 2m*2m por persona.

- Las puertas de estas zonas deberán estar abiertas en horario laboral, usando guantes para su apertura y cierre.
- Puestos de trabajo
 - Las puertas de los despachos deberán estar normalmente abiertas.
 - Los puestos fijos, de oficina, tendrán una distancia mínima entre ellos de 2 metros.
 - En caso de no poder garantizar esa distancia se deberán colocar pantallas protectoras de separación con una altura suficiente.
 - Se deberá usar guantes de protección en aquellos equipos que deban ser compartidos, como impresoras,...
 - Los trabajos que se realicen en los recintos se harán de tal manera que siempre exista una distancia mínima de 2 metros entre los trabajadores.
 - Los trabajadores que teletrabajen deberán realizar la autoevaluación de riesgos.
- Personal Externo
 - Todas las subcontratas deberán aplicar las mismas medidas de prevención e higiene expuestas en este documento, para ello se les hará llegar copia del mismo.
 - La recepción de paquetería se realizará en la zona de recepción de oficinas.
 - Si el personal externo que no realiza trabajo en los recintos deben acceder a las instalaciones deberán ir provistos de mascarillas y guantes, haciendo uso de su propio bolígrafo, en caso de necesitar firma.

5. ANEXOS

a. Decálogo de cómo actuar frente al COVID 19

Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19:



Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1 AUTO-AISLARSE**

En una **habitación de uso individual** con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual.
Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene.


- 2 MANTENTE COMUNICADO**

Ten disponible un **teléfono** para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos.


- 3 ¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?**

Si tienes sensación de falta de aire o sensación de **gravedad** por cualquier otro síntoma **llama al 112**.


- 4 TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA**

Si no, **llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma** o contacta por teléfono con el centro de salud.


- 5 AUTOCUIDADOS**

Usa **paracetamol** para controlar la fiebre; ponte **paños húmedos** en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; **bebe líquidos**; **descansa**, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.


- 6 AISLAMIENTO DOMICILIARIO**

Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las **recomendaciones para el aislamiento domiciliario** e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena.


- 7 LAVADO DE MANOS**

Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un **correcto lavado de manos**.


- 8 SI EMPEORAS**

Si empeoras y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, **llama al 112**.


- 9 14 DÍAS**

Se recomienda mantener el **aislamiento 14 días** desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.


- 10 ALTA**

El **seguimiento y el alta** será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma.



Consulta fuentes oficiales para informarte
www.msbs.gob.es
@sanidadgob

25 marzo 2020

**#ESTE VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS**



b. Que hacer frente al COVID 19

Nuevo coronavirus: Qué hacer

Si presentas **alguno** de los siguientes **síntomas**:

Fiebre



Tos



Quédate en casa y llama al teléfono habilitado en tu Comunidad Autónoma

Si tienes:

Sensación de falta de aire



Empeoramiento

Sensación de gravedad



Llama al 112
Es un teléfono de urgencias.
Su buen uso depende de todos.

Consulta fuentes oficiales para informarte:
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

17 marzo 2020



Andalucía	900 400 061 / 955 545 060
Aragón	976 696 382
Asturias	900 878 232 / 984 100 400 / 112 marcando 1
Cantabria	900 612 112
Castilla La Mancha	900 122 112
Castilla y León	900 222 000
Cataluña	061
Ceuta	900 720 692
C. Madrid	900 102 112
C. Valenciana	900 300 555
Extremadura	112
Galicia	900 400 116
Islas Baleares	061
Canarias	900 112 061
La Rioja	941 298 333
Melilla	112
Murcia	900 121 212
Navarra	948 290 290
País Vasco	900 203 050

**#ESTE VIRUS
LO PARAMOS
UNIDOS**



c. Uso de guantes



USO DE GUANTES COMO MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19 ACLARACIONES BÁSICAS



- 1) Los guantes únicamente protegen tus manos.
- 2) Están en contacto con las superficies del exterior que podrían estar contaminadas, por tanto el guante puede estar contaminado.
- 3) Los guantes deben ser desechables. No son EPIS reutilizables.

NO TE TOQUES LA BOCA, LA NARIZ, NI LOS OJOS CUANDO LLEVES GUANTES

SI LO HACES PODRÍAS CONTAMINAR ESTAS ZONAS



¡Acuérdate de que llevas guantes!

No te confíes, no adquieras una falsa sensación de seguridad.
No toques tu cara.

Lava tus manos tras el uso de guantes

Recuerda lavar tus manos cuando te quitas los guantes. Que los hayas llevado no implica que tus manos estén libres de bacterias.

Conoce el protocolo para quitar tus guantes de forma segura

Es importante que no toques la parte contaminada.

d. Lavado de manos



MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A COVID-19

Lavado de manos:

El lavado de manos tiene que durar mínimo 20 segundos.



1
Humedece tus manos



2
Utiliza jabón



3
Fronta palma contra palma



4
Palma sobre dorso



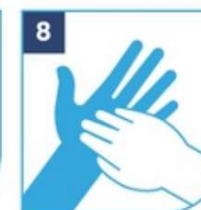
5
Zonas interdigitales



6
Dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta



7
Pulgares



8
Uñas frente a palma



9
Aclara tus manos



10
Seca tus manos con papel desechable



11
Cierra el grifo con el papel



12
Sus manos son seguras

A tener en cuenta:

Todos los pasos tienen que hacerse en ambas manos.
Llevar las uñas cortas y cuidadas, no llevar joyas ni relojes.



El mismo procedimiento debería llevarse a cabo con el gel hidroalcohólico.

MAS PREVENCIÓN

Feria de Zaragoza

Autovía A-II, Km. 311
50012 | Zaragoza | España

Apartado de correos 108
50080 | Zaragoza | España

Tel. +34 976 764 700

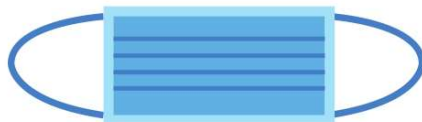
info@feriazaragoza.es
www.feriazaragoza.es

e. Uso mascarillas



¿CUÁNDO SE DEBE UTILIZAR MASCARILLA PARA PROTEGERSE DEL COVID-19?

MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

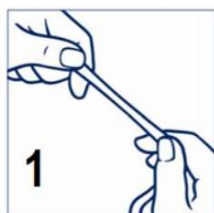


EL USO DE MASCARILLA QUIRÚRGICA ES RECOMENDABLE EN ESTOS CASOS:

- Si tienes síntomas: TOS, FIEBRE, FALTA DE AIRE,
- SI ESTÁS INFECTADO POR COVID-19.

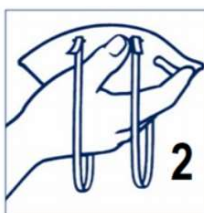
Si cuidas de una persona con infección o sospecha de infección por coronavirus.

COLOCACIÓN DE MASCARILLA



PASO 1

Verifique el estado de las tiras.



PASO 2

Coloque la copa del respirador en su palma con las tiras colgando.



PASO 3

Posiciónelo bajo el mentón y sobre la nariz. Sosténgalo y firmemente coloque las tiras por detrás de su cabeza.



PASO 4

Ajuste las tiras de forma que la de arriba quede en su nuca y la otra debajo de sus orejas.



PASO 5

Usando ambas manos al mismo tiempo, ajústala en la zona de la nariz.



PASO 6

Cubra el frente con ambas manos. Inhale profundamente. Si penetra aire por las orillas, reajuste la banda y las tiras y repita el chequeo.

FUENTE_: WORLD HEALTH ORGANIZATION

13

MAX PREVENCIÓN

f. Como actuar al salir de casa

Feria de Zaragoza

Autovía A-II, Km. 311
50012 | Zaragoza | España

Apartado de correos 108
50080 | Zaragoza | España

Tel. +34 976 764 700

info@feriazaragoza.es
www.feriazaragoza.es



PROTOCOLOS AL SALIR DE CASA - COVID19



AL SALIR PONTE UNA CHAQUETA DE MANGA LARGA

De esta forma estarás más protegido.



RECÓGETE EL PELO, NO LLEVES JOYAS NI RELOJES

Te tocarás menos la cara.



SI TIENES MASCARILLA PÓNTELA ANTES DE SALIR.

RECUERDA QUE ESTA MEDIDA NO ES
IMPRESINDIBLE.



INTENTA NO USAR EL TRANSPORTE PÚBLICO.

Si coges tu vehículo, recuerda ir solo.



SI VAS CON TU MASCOTA, PROCURA QUE NO SE ROCE

con superficies en el exterior.



LLEVA GUANTES POR SI TOCAS CUALQUIER SUPERFICIE.

O pañuelos desechables.



INTENTA NO PAGAR EN EFECTIVO

Paga siempre con tarjeta.



SI TOSES O ESTORNUDAS, HAZLO EN EL CODO.



MANTÉN LA DISTANCIA DE SEGURIDAD CON LAS PERSONAS QUE TE CRUCES



SALIDAS RESPONSABLES

Recuerda las medidas que
el estado de alarma ha impuesto.

A tener en cuenta:

Información proveniente de Fuentes Oficiales.



Les recordamos que ponemos a su disposición:

Call center: 976 11 61 96 Email: coronavirus@spmas.es
que atenderá sus peticiones y dudas de L-V de 7:00 a 19:00

MAZ PREVENCIÓN