

BUENAS PRÁCTICAS EN LOS CENTROS DE TRABAJO PARA PREVENIR CONTAGIOS POR COVID-19

El Ministerio de Sanidad, máxima autoridad en esta crisis de emergencia sanitaria, ha publicado una Guía de buenas prácticas en los centros de trabajo con el fin de prevenir contagios por Coronavirus en nuestro lugar de trabajo.

Desde **SPJ-USO** os recomendamos que sigáis estas recomendaciones; son consejos prácticos muy útiles que ayudan a prevenir los contagios por Covid-19 en nuestro ámbito laboral:

NO DEBES ACUDIR A TU PUESTO DE TRABAJO, en los siguientes casos:

- Si presentas cualquier sintomatología que pudiera estar asociada con el Covid-19 (fiebre, tos seca, falta de aire...). Llama por teléfono de atención al Covid-19 y sigue sus instrucciones hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti o para los demás.
- Si has estado en “*contacto estrecho*” o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con un caso positivo o posible por Coronavirus (durante 14 días, aún cuando no presentes sintomatología alguna).

DESPLAZAMIENTOS AL TRABAJO

- Siempre que puedas, prioriza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros. Por ello, es preferible el transporte individual.
- Si vas al trabajo andando, en bicicleta o moto, no es necesario que lleves mascarilla. Guarda la distancia interpersonal cuando vayas caminando por la calle.
- Si te tienes que desplazar en un turismo, 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.
- Si viajas en transporte público, guarda la distancia interpersonal de 2 metros. Se recomienda, en este caso, usar mascarilla higiénica.

EN EL CENTRO DE TRABAJO

- Ponte correctamente los guantes y la mascarilla y, una vez usados, deben depositarse en los lugares destinados a tal fin.
- Es muy importante mantener esta distancia interpersonal de 2 m durante toda tu estancia, tanto en la entrada y salida del centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo, incluidas las zonas comunes.
- Se debe evitar actividades que supongan aglomeración de personas.

- Debemos minimizar el contacto con los usuarios de la Administración de Justicia. Se debe priorizar las comunicaciones telemáticas con los usuarios y profesionales de la Administración de Justicia, ya sea vía telefónica, e-mails, etc..., minimizando la presencialidad de los mismos en las sedes judiciales.
- En aquellas oficinas con atención al público (Registro Civil, Servicios Comunes, Juzgados de guardia, ...) :
 - o El aforo máximo debe cumplir con el requisito de distancia interpersonal
 - o Se debe habilitar mecanismos de control de acceso en las entradas
 - o Todo el público, incluido el que espera debe guardar la distancia interpersonal.
- Evita desplazamientos dentro del centro de trabajo que no sean esenciales y que puedan solventarse mediante llamada telefónica, correo electrónico u otro medio telemático.
- Extrema las medidas de higiene personal:
 - o Lávate las manos frecuentemente, con agua y jabón o con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse las manos después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Trata de que dure el lavado, al menos, 40 segundos.
 - o Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y deséchalo un cubo de basura con tapa y pedal. Si no se dispone de pañuelos, emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.
 - o Evita tocarte los ojos, la nariz o la boca.
 - o Practica buenos hábitos de higiene respiratoria.
- Lee e infórmate de los carteles explicativos que se encuentren colocados en tu centro de trabajo en relación al Covid-19. Toda información es de gran ayuda.
- Evita el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Evita, en la medida de lo posible, utilizar equipos y dispositivos de otros compañeros. En caso de que sea necesario, aumenta las medidas de precaución y, si puedes, desinfectalos antes de utilizarlos. Si no es posible, lávate las manos inmediatamente después de haberlos usado.
- Ventila tu lugar de trabajo diariamente y, al menos, durante cinco minutos.
- Si adviertes que falta limpieza e higiene en tu puesto de trabajo, comunícalo a tu Delegación Territorial de la Junta de Andalucía o ponte en contacto con los delegados o delegadas sindicales para que te ayuden a solventar el problema. Es fundamental una correcta limpieza de las superficies y de los espacios. Para ello, facilita el trabajo al personal de limpieza cuando abandones tu puesto, despejando lo máximo posible.
- Si empiezas a notar síntomas en el trabajo, 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 Jefatura de

Personal de la Delegación Territorial correspondiente así como con el teléfono de atención al Covid-19 y sigue sus instrucciones.

DESPUÉS DE IR AL TRABAJO

- Los trabajadores deberán cuidar las distancias y las medidas de prevención de contagios e higiene en el hogar, máxime si conviven con personas de grupo de riesgo.

El Ministerio de Sanidad recomienda cumplir estrictamente lo establecido en esta guía; en ella se incluyen las principales obligaciones previstas en la normativa vigente junto con sugerencias que son igualmente importantes para luchar contra el Covid-19.

SPJ-USO