



## **MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EVITAR CONTAGIOS POR COVID-19**

ACTUALIZACIÓN: 03/02/2021

Dada la situación epidemiológica actual, desde el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales se recomienda que se extremen las medidas preventivas frente al riesgo de contagio de COVID-19:

- Utilizar correctamente la mascarilla, siguiendo las indicaciones del fabricante y ajustarla bien a la cara.
- No utilizar en centros de trabajo mascarillas transparentes.
- Realizar higiene frecuente de manos.
- Mantener la distancia de seguridad mínima establecida de 2 m.
- Renovar el aire de forma constante (artificial o natural) en espacios interiores.
- Desinfectar las superficies. En mobiliario compartido entre trabajadores o usuarios se debe desinfectar entre usos.

Se ha detectado que una de las situaciones de riesgo para el contagio de COVID-19 en los centros de trabajo se produce durante el almuerzo (bocadillo, café,...). Por ello, se deben extremar las medidas de prevención:

- Se procurará realizar el almuerzo siempre al aire libre. Si esto no es posible, el espacio donde se almuerce debe tener ventilación natural constante.
- Se realizará preferentemente de forma individual. En caso de hacerlo con algún compañero, siempre serán los mismos y se debe mantener la máxima distancia posible entre ellos, mínima de 2 m, en un espacio con ventilación natural y las ventanas abiertas.
- Se debe retirar la mascarilla el tiempo imprescindible para la ingesta. En todo caso, nunca se debe permanecer sin mascarilla más de 15 minutos.
- Antes y después del almuerzo se debe realizar una adecuada higiene de manos así como dejar las ventanas abiertas al finalizar.
- Si el espacio donde se realiza el almuerzo puede ser utilizado por otra persona, se debe desinfectar el mobiliario empleado.
- No se podrá almorzar ni tomar café en el propio puesto de trabajo si es un despacho compartido con otros trabajadores.

Tampoco se podrá tomar el almuerzo o el café junto a la máquina expendedora cuando no exista ventilación natural.