Servicio de Prevención
de Riesgos Laborales
Teléfono: 941 299 505 / 506
prevencion.riesgos@unirioja.es

INSTRUCCIONES PARA EL PERSONAL SOBRE TRABAJO PRESENCIAL SEGURO FRENTE AL COVID-19

Rev.: 4.0 (20/04/2022)

Nota para versiones en papel: La versión más actualizada de este documento se encuentra en: https://www.unirioja.es/servicios/sprl/trabajo_presencial_seguro.shtml y puede coincidir o no con esta copia.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN 1
2. OBJETO 1
3. RESPONSABILIDADES 1
4. MEDIDAS PREVENTIVAS A SEGUIR POR PARTE DE LOS TRABAJADORES 2
5. PÁGINAS DE LA UR CON INFORMACIÓN RELACIONADA CON EL COVID-19 3

1. INTRODUCCIÓN

En este documento se recogen las principales medidas a seguir por cada uno de los trabajadores de la UR en aras a prevenir la posible aparición de casos de COVID-19.

Se trata de un documento dinámico que se irá actualizando según la evolución de la pandemia y las directrices marcadas por las distintas autoridades competentes, especialmente por el Ministerio de Sanidad.

Este documento complementa al resto de información de la página: Trabajo presencial seguro

2. OBJETO

Establecer las medidas preventivas que debe seguir todo el personal que va a trabajar de forma presencial en los espacios de la Universidad de La Rioja.

3. RESPONSABILIDADES

Las personas responsables de las distintas unidades: Facultades, Escuelas, Departamentos, Grupos de Investigación, Unidades administrativas, etc. se encargarán de supervisar el cumplimiento de estas medidas y colaborarán para su implantación y mejora dentro de su ámbito de competencia. Así mismo, adaptarán estas medidas a las particularidades de su unidad organizativa y/o centro de trabajo, siempre con el objetivo de mantener o mejorar el nivel de prevención indicado en este documento.

Todas las personas trabajadoras cumplirán con estas medidas y colaborarán para su implantación y mejora dentro de su ámbito de competencia.

Si la complejidad o especificidad de la adaptación de estas medidas lo hicieran necesario, se informará y consultará al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales asesorará en la redacción, implantación, actualización y mejora de este documento y en las adaptaciones necesarias de estas medidas a las distintas unidades organizativas y/o tareas desarrolladas.

Todas las observaciones, dudas, opciones de mejora o adaptación a este plan se dirigirán a servicio.prevencion@unirioja.es o en los teléfonos 94129 9505 / 9506.

Servicio de Prevención
de Riesgos Laborales
Teléfono: 941 299 505 / 506
prevencion.riesgos@unirioja.es

4. MEDIDAS PREVENTIVAS A SEGUIR POR PARTE DE LOS TRABAJADORES

Se debe remarcar que las medidas esenciales de prevención son por orden de prioridad:

- Medidas organizativas.
- Medidas colectivas.
- Medidas individuales.

En este documento se recogen las medidas individuales, que son aquellas sobre las que el trabajador tiene más capacidad de actuación y, por lo tanto, las que principalmente debe conocer y cumplir.
Estas medidas afectan a todos los puestos y lugares de trabajo de la UR: despachos, laboratorios, instalaciones, zonas de uso común, espacios colectivos (salas, seminarios, aulas, …), etc.

Trabajadores con síntomas de COVI-19, en aislamiento por COVID o en cuarentena.

Las instrucciones para estos casos se pueden consultar en:

- https://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/casos_trabajadores.pdf
- https://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/retorno_casos_tfnos.pdf

Trabajadores especialmente sensibles.

El Ministerio de Sanidad define como principales grupos vulnerables a COVID-19, las personas con:

- Enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión
- Enfermedad pulmonar crónica
- Diabetes
- Insuficiencia renal crónica,
- Inmunodepresión
- Cáncer en fase de tratamiento activo
- Enfermedad hepática crónica severa
- Obesidad mórbida (IMC>40
- Embarazo
- Mayores de 60 años

Según indica el Procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 del Ministerio de Sanidad en su Anexo V. Guía de actuación para la gestión de la vulnerabilidad y el riesgo en ámbitos no sanitarios o sociosanitarios y teniendo en cuenta que el nivel de riesgo en los puestos de trabajo de la UR es de: NR1 (Nivel de riesgo 1): “Similar a riesgo comunitario, trabajo sin contacto con personas sintomáticas”, se aplicaría un Nivel de actuación 1: “No precisa ni adaptación ni cambio de puesto, permaneciendo el trabajador en su actividad laboral habitual”.

Aquellas personas que pertenezcan a alguno de los grupos citados y que, según su médico, necesiten una adaptación del puesto, deben ponerse en contacto con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales (941299505 o prevencion.riesgos@unirioja.es)

- **Información:** Todas las personas trabajadoras deben leer y seguir las instrucciones de:
  - Este documento: Instrucciones para el personal de la UR sobre trabajo presencial seguro frente al COVID-19
  - Actuación en caso de miembros de UR con síntomas compatibles con COVID
  - El contenido de “Información y recomendaciones” y demás documentos que le sean de aplicación de la página: Trabajo presencial seguro en la UR

  Se recomienda así mismo la lectura del documento: “Manual de medidas generales de seguridad y salud para un trabajo presencial seguro frente al COVID-19

- **Distancia interpersonal:** Se deben extremar las precauciones para mantener la distancia interpersonal de seguridad.

Servicio de Prevención
de Riesgos Laborales
Teléfono: 941 299 505 / 506
prevencion.riesgos@unirioja.es

- **Medidas de higiene personal**: Refuerzo de las mismas en todos los ámbitos de trabajo:
  - Lavado frecuente de manos con agua y jabón o con geles hidroalcohólicos. Es especialmente importante lavarse al entrar y salir del trabajo, después de toser o estornudar o después de tocar aquellas superficies que se tocan con más frecuencia como sistemas de apertura de puertas, pasamanos, pulsadores de ascensores, interruptores etc.
  - Hay que cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y desecharlo a continuación a un cubo de basura. Si no dispones de pañuelos de pañuelos emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.
  - Evitar tocarse los ojos, nariz y boca.

- **Elementos de protección:** Se deben usar racionalmente y con responsabilidad según el puesto y/o tareas siguiendo lo indicado en las "Instrucciones sobre la distribución y uso de elementos de protección para prevención del COVID-19".

- **Limpieza y ventilación:**
  Es necesario que los trabajadores realicen ventilación de los espacios siempre que sea posible y, como mínimo, en los cambios de turno. Se recomienda un mínimo de ventilación de 10 minutos cada hora. La ventilación se debe realizar con apertura de ventanas y puertas.
  Se debe facilitar el trabajo al personal de limpieza cuando se abandone el puesto, dejándolo lo más ordenado y despejado posible. Esta tarea facilitará también la necesaria ventilación de las dependencias.

- **Congresos, encuentros, conferencias, seminarios y otros eventos profesionales, actividades de formación no regladas y reuniones de trabajo presenciales.** Seguir lo indicado en https://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/retorno_reuniones.pdf

- Los trabajadores mantendrán en el ámbito extralaboral las medidas preventivas que el Ministerio de Sanidad ha dirigido a la población general.

5. PÁGINAS DE LA UR CON INFORMACIÓN RELACIONADA CON EL COVID-19

- Trabajo presencial seguro en la UR
- Compendio de información de organismos oficiales
- Prevención y salud en el teletrabajo