



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2

POSTILLÓN FLORES YUDITH MAGALI



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2

Código: P-01

Versión: 01

ÍNDICE

I. DATOS DE LA EMPRESA	6
II. DATOS DEL SERVICIO DE SEGURIDAD Y SALUD DE LOS TRABAJADORES	6
III. INTRODUCCIÓN	6
IV. OBJETIVOS	6
V. NOMINA DE TRABAJADORES POR RIESGO DE EXPOSICIÓN A COVID-19	7
VI. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS DE PREVENCIÓN DEL COVID	7
1. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LOS CENTROS DE TRABAJO	7
1.1. Insumos	7
1.2. Procedimiento de limpieza y desinfección	7
1.3. Limpieza y desinfección de herramientas y/o utensilios y/o equipos.	8
2. EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN DE SALUD DEL TRABAJADOR PREVIO AL REGRESO O REINCORPORACIÓN AL CENTRO DE TRABAJO	8
3. LAVADO Y DESINFECCIÓN DE MANOS OBLIGATORIO	9
4. SENSIBILIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO EN EL CENTRO DE TRABAJO	9
4.1. Procedimiento	10
5. MEDIDAS PREVENTIVAS COLECTIVAS	10
5.1. Disposiciones generales	10
5.2. Medidas durante el traslado, descarga y almacenaje de materiales y/o insumos.	10
5.3. Medidas para el uso de equipos y/o maquinarias.	11
5.4. Medidas durante la atención	11
5.5. Distribución de mesas y clientes	12
5.6. Preparación de pedidos	12
5.7. Del envase y empaque.	13
5.8. Disposición de residuos sólidos	13
5.9. Gestión de espacios comunes	13
6. MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSONAL	14
7. VIGILANCIA DE LA SALUD DEL TRABAJADOR EN EL CONTEXTO DE LA COVID-19	14
VII. CONSIDERACIONES PARA EL REGRESO Y REINCORPORACIÓN AL TRABAJO	15
1. PROCESO PARA EL REGRESO AL TRABAJO	15



**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN
Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS
TRABAJADORES CON RIESGO DE
EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2**

Código: P-01

Versión: 01

2.	PROCESO PARA LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO	15
3.	PROCESO PARA EL REGRESO O REINCORPORACIÓN AL TRABAJO DE TRABAJADORES CON FACTORES DE RIESGO PARA COVID-19	15
VIII.	RESPONSABILIDADES DEL CUMPLIMIENTO DEL PLAN	16
IX.	PRESUPUESTO Y PROCESO DE ADQUISICIÓN DE INSUMOS PARA EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN	18
X.	PROCEDIMIENTO PARA EL REGRESO Y RETORNO AL TRABAJO	20
XI.	LISTA DE CHEQUEO DE VIGILANCIA.....	20
XII.	DOCUMENTO DE APROBACIÓN DEL PLAN	23
XIII.	ANEXOS	24

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

DEFINICIONES

- **Aislamiento en el ámbito comunitario:** Es el procedimiento por el cual una persona considerada un caso sospechoso, probable o confirmado de la COVID-19, no requiere hospitalización y se le indica aislamiento domiciliario solo si la vivienda tiene las condiciones para garantizar el aislamiento en una habitación con adecuada ventilación y no hay personas de grupos de riesgo en la familia. Caso contrario se le ofrecerá ser albergado en un centro de aislamiento temporal y seguimiento (CATS) o el que haga sus veces.

Durante el aislamiento se le restringe el desplazamiento fuera de su vivienda o centro de aislamiento por un lapso de 14 días, contados a partir de la fecha e inicio de síntomas del caso. En caso de infección asintomática el aislamiento se mantendrá hasta transcurridos 14 días desde la fecha en que se tomó la muestra para el diagnóstico.

- **Alta epidemiológica:** Transcurridos 14 días luego del inicio de síntomas para el caso de COVID-19 leve, el caso estará en condiciones de alta desde el punto de vista epidemiológico siempre y cuando clínicamente se haya recuperado (por lo menos 4 días asintomático). Considerando la evolución clínica, el médico tratante podrá indicar pruebas diagnósticas adicionales y postergar el alta del caso.
- **Barrera física para el trabajo:** Son los elementos que disminuyen el riesgo de contacto directo entre dos o más personas y que contribuye con reducir el riesgo de transmisión.
- **Caso sospechoso:** Persona que cumpla con cualquiera de los siguientes criterios clínicos:
 - a) Paciente con síntomas de infección respiratoria aguda que presente tos y/o dolor de garganta y además uno o más de los siguientes signos/síntomas:
 - Malestar general
 - Fiebre
 - Cefalea
 - Congestión nasal
 - Diarrea
 - Dificultad para respirar (señal de alarma)
 - Pérdida del gusto (ageusia)
 - Pérdida del olfato (anosmia)
 - b) Paciente con infección respiratoria aguda grave (IRAG: infección respiratoria aguda con fiebre o temperatura actual mayor o igual a 38°C y tos con inicio dentro de los últimos 10 días y requiere hospitalización).
- **Contacto directo:** Persona que estuvo a menos de dos metros de distancia de un caso sospechoso, probable o confirmado de la COVID-19, durante al menos 15

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

minutos, en un periodo que abarca desde dos días antes del inicio de los síntomas o, para casos de infección asintomática, desde dos días antes de la toma de muestra positiva; hasta el momento en el que el caso inicia aislamiento.

- **Cuarentena:** Procedimiento por el cual se le restringe el desplazamiento, fuera de su vivienda a la persona o las personas expuestas a un caso sospechoso, probable o confirmado de la COVID-19 por un lapso de 14 días, a partir del último día de exposición con el caso, independientemente del resultado de las pruebas de laboratorio. Esto con el objetivo de disminuir la posibilidad de transmisión, y monitorear la probable aparición de síntomas y asegurar la detección temprana de casos.
- **Desinfección:** Reducción por medio de sustancias químicas y/o métodos físicos del número de microorganismos presentes en una superficie o en el ambiente, hasta un nivel que no ponga en riesgo la salud.
- **Distanciamiento social:** Práctica de aumentar el espacio que separa a las personas y reducir la frecuencia de contacto, con el fin de reducir la transmisión de una enfermedad.
- **Equipos de protección personal (EPP):** Son dispositivos, materiales e indumentaria personal destinados a cada trabajador para protegerlo de uno o varios riesgos presentes en el trabajo y que puedan amenazar su seguridad y salud. Los EPP son una alternativa temporal y complementaria a las medidas preventivas de carácter colectivo.
- **Grupos de riesgo:** conjunto de personas que presentan características individuales asociadas a mayor vulnerabilidad y riesgo de complicaciones por la COVID-19. La autoridad sanitaria define los factores de riesgo como criterios sanitarios a ser utilizados por los profesionales de la salud para definir a las personas con mayor posibilidad de enfermar y tener complicaciones por la COVID-19, los mismos que según las evidencias que se vienen evaluando y actualizando permanentemente se definen como: edad mayor a 65 años, comorbilidades como hipertensión arterial, diabetes, obesidad con IMC mayor o igual a 40, enfermedades cardiovasculares, enfermedad pulmonar crónica, cáncer, otros estados de inmunosupresión y otros que establezca la Autoridad Nacional Sanitaria a las luces de futuras evidencias.
- **Higiene Respiratoria:** Práctica que consiste en taparse la boca o nariz con la mano al toser o estornudar con ayuda de un tapa boca y, de no ser posible, con la manga del antebrazo o la flexura interna del codo. Los pañuelos deben arrojarse inmediatamente después de su uso, en el depósito/tacho implementado para tal fin.
- **Higiene de Manos:** Práctica que consiste en lavarse las manos a menudo con agua y jabón (o solución recomendada) para evitar la transmisión o el contacto con los virus, sobre todo después de toser, estornudar y sonarse.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

- **Limpieza:** Eliminación de suciedad e impurezas de las superficies utilizando agua, jabón, detergente o sustancia química.
- **Mascarilla comunitaria:** Equipo de barrera, generalmente de tela, reutilizable, que cubre boca o nariz, y que cumple con las especificaciones descritas en la Resolución Ministerial N° 135-2020-MINSA. Se emplean como medidas de protección respiratoria para reducir el riesgo de transmisión de enfermedades por gotas de saliva o por aerosoles.
- **Plan para la vigilancia, prevención y control de la COVID-19 en el trabajo:** Documento guía para establecer las medidas que se deben adoptar para vigilar el riesgo de exposición a la COVID-19 en el lugar de trabajo, el cual es aprobado por el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo o supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo, según corresponda.
- **Solución desinfectante:** Las soluciones desinfectantes son sustancias que actúan sobre los microorganismos inactivándolos y ofreciendo la posibilidad de mejorar con más seguridad los equipos y materiales durante el lavado.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

I. DATOS DE LA EMPRESA

Razón social:	POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI
RUC:	10435877198
Dirección:	Jr. Alfonso Ugarte MZ D LOTE 5
Región:	Lima
Provincia:	Cañete
Distrito:	Lunahuana

II. DATOS DEL SERVICIO DE SEGURIDAD Y SALUD DE LOS TRABAJADORES

POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI actualmente no cuenta con un Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo, sin embargo, para efectos del presente plan se considerará lo indicado en el Anexo 1 de la Resolución Ministerial 972-2020-MINSA, de acuerdo a la disposición complementaria 8.4 de ésta.

III. INTRODUCCIÓN

El COVID-19 es un nuevo tipo de coronavirus que afecta a los humanos, reportado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. La epidemia de COVID-19 se extendió rápidamente, siendo declarada una pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo del 2020.

El día 6 de marzo del 2020 se reportó el primer caso de infección por coronavirus en el Perú y posterior a ello continuaron reportándose más casos confirmados en nuestro país, por lo que el domingo 15 de marzo de 2020 mediante el Decreto Supremo N° 144-2020-PCM se decreta el Estado de Emergencia Nacional. Como consecuencia de esto se vieron paralizadas diversas actividades económicas.

Para la reanudación de actividades económicas en forma gradual y progresiva se necesita establecer las medidas para la prevención y vigilancia de la salud de los trabajadores que laboran en POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI, las cuales se plasman en el presente plan.

IV. OBJETIVOS

- Establecer las medidas con enfoque preventivo a fin de proteger la salud de todas los trabajadores y personas vinculadas a POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI, frente al riesgo de contagio del COVID-19.
- Establecer las medidas para el regreso y reincorporación al trabajo.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

- Garantizar la sostenibilidad de las actividades en un contexto de vigilancia sanitaria.

V. NOMINA DE TRABAJADORES POR RIESGO DE EXPOSICIÓN A COVID-19

La relación se encuentra en el Anexo 1.

VI. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS DE PREVENCIÓN DEL COVID.

1. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LOS CENTROS DE TRABAJO

Los procedimientos de limpieza y desinfección comprenden la infraestructura, equipos, maquinaria y vehículos para el desarrollo de las actividades. La desinfección periódica alcanza a los EPP's según corresponda.

1.1. Insumos

De acuerdo a lo establecido por el Ministerio de Salud (MINSA), y la Guía para la desinfección de superficies del Instituto Nacional de Calidad (INACAL)¹, se establecen los siguientes insumos para la desinfección eficaz en contra del SARS-CoV2 en superficies:

Insumo	Tiempo para inactivación
Hipoclorito de sodio al 0.1%	1 minuto
Alcohol al 70%	1 minuto

1.2. Procedimiento de limpieza y desinfección

- El procedimiento de limpieza de las superficies y de ambientes se hará con solución de detergente, enjuagando posteriormente con agua para remover la suciedad.
- Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias, con la aplicación de productos desinfectantes a través paños de fibra o trapeadores.
- Los desinfectantes que se usaran son las soluciones de hipoclorito de sodio al 0.1% y etanol al 70%.
- Para las distintas superficies se utilizará los desinfectantes de la siguiente manera:

SOLUCIÓN	SUPERFICIE
----------	------------

¹ Disponible en: https://www.inacal.gob.pe/repositorioaps/data/1/1/2/not/inacal-pone-disposicion-ntp-mascarillas/files/Guia_Normalizacion.pdf



**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN
Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS
TRABAJADORES CON RIESGO DE
EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2**

Código: P-01

Versión: 01

Hipoclorito de Sodio 0.1% (100 ppm)	- Oficinas: Mobiliario, puertas, ventanas y pisos. - Servicios higiénicos: Puertas, pisos, lavatorio, urinario.
Alcohol al 70% (Superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio)	- Oficinas: manijas, teléfonos fijos, ordenadores, fotocopiadoras. - Servicios higiénicos: Manubrios o perillas, grifo.

- e) Al realizar la desinfección de debe mantener la instalación ventilada (abrir las ventanas, si ello es factible) para proteger la salud del personal de limpieza.
- f) Los implementos utilizados para estas tareas deben ser desinfectados luego de su uso
- g) La frecuencia de desinfección será diaria.
- h) La preparación de las soluciones se indica en el Anexo N° 2.

1.3. Limpieza y desinfección de herramientas y/o utensilios y/o equipos.

- a) Las herramientas asignadas son de uso personal y su desinfección se realizará diariamente al final de la jornada. En caso éstas tengan que compartirse se desinfectarán antes y después de su uso.
- b) Con un paño, papel descartable o trapo, retirar la suciedad de la herramienta.
- c) Se procederá a colocar los guantes de nitrilo para utilizar un paño humedecido con alcohol etílico al 70%.
- d) Aplicar la solución en el paño para luego proceder a realizar la limpieza de las herramientas. Desinfectar principalmente las partes de la herramienta donde se colocan las manos para su uso. Dejar actuar por un minuto.

2. EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN DE SALUD DEL TRABAJADOR PREVILO AL REGRESO O REINCORPORACIÓN AL CENTRO DE TRABAJO

- Para todos los trabajadores
 - a) Identificación del riesgo de exposición a SARS-CoV-2 (COVID-19) de cada puesto de trabajo.
 - b) Los trabajadores deben completar la ficha de sintomatología COVID-19 (Anexo 3) ya sea de manera física o virtual.
 - c) Control de temperatura al momento de ingreso al centro de trabajo.
 - d) Todo trabajador que cumpla los criterios de caso sospechoso deberá ser manejado de acuerdo con el Documento Técnico Atención y Manejo Clínico de Casos COVID-19 del MINSA.
- Para un caso sospechoso o contacto directo de un caso confirmado:

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

- a) El caso sospechoso será derivado a un establecimiento de salud para su manejo de acuerdo con lo establecido en la Resolución Ministerial N° 193-2020/MINSA.
- b) Evaluación del caso sospechoso por el responsable de la salud en el trabajo para identificar potenciales contactos.
- c) Comunicar a la autoridad de salud de su jurisdicción para el seguimiento clínico correspondiente.
- d) Brindar material e información sobre la prevención del contagio de la COVID-19, medidas de higiene y cuidado que debe llevar en casa.

3. LAVADO Y DESINFECCIÓN DE MANOS OBLIGATORIO

El lavado debe asegurarse de abarcar toda la superficie de las manos, incluyendo la parte entre los dedos, las muñecas, las palmas, el dorso y las uñas, y frotarse las manos durante al menos 20 segundos (Anexo 5). Para tal fin se dispondrá de un punto de lavado de manos al ingreso al centro de trabajo.

4. SENSIBILIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO EN EL CENTRO DE TRABAJO

Como medida para asegurar ambientes saludables frente al COVID-19, se realizarán las siguientes actividades para la sensibilización a los trabajadores:

- e) Orientación sobre la COVID-19 y las medidas de disminución del riesgo de infectarse por SARS-CoV-2, incluyendo distanciamiento físico, uso de mascarilla e higiene de manos.
- f) Exponer la Importancia del lavado de manos, cubrirse al toser o estornudar usando la flexura del codo, no tocarse el rostro, desinfección.
- g) Uso de mascarillas permanente y obligatorio durante la jornada laboral, tipos de mascarilla.
- h) Sensibilizar en la Importancia del reporte temprano ante la presencia o síntomas de COVID-19 y el auto reporte de casos intradomiciliarios o intrafamiliar de la COVID-19 constatado por un profesional de la salud.
- i) Facilitar medios para responder las inquietudes de los trabajadores respecto a COVID-19
- j) Educar permanentemente en medidas preventivas para evitar el contagio por COVID-19 dentro del trabajo, en la comunidad y en el hogar.
- k) Importancia de prevenir diferentes formas de estigmatización y discriminación de trabajadores sospechosos o confirmados de padecer la COVID-19.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

4.1. Procedimiento

- Todo el personal que retorne a laborar de manera presencial será sensibilizado sobre la prevención del contagio frente al COVID-19.
- Se priorizará que la sensibilización se lleve a cabo de manera virtual. Si esto no es posible se realizará en un espacio donde los trabajadores puedan mantener una distancia de 1.5 m. En su defecto, brindar la sensibilización por grupos.
- Toda sensibilización será dentro del horario de trabajo, a través de medios de señalización físicos y/o digitales de forma que se promueva una cultura de prevención y cuidado contra el COVID-19.
- Los carteles, señalización y otro material que brinde información respecto a la prevención del COVID-19, será colocado en áreas comunes y seguirán las recomendaciones del MINSA, OMS y OPS.

5. MEDIDAS PREVENTIVAS COLECTIVAS

5.1. Disposiciones generales

- Mantener el orden y la limpieza durante la jornada de trabajo.
- El uso de mascarillas de manera adecuada, tapando nariz y boca, es de carácter obligatorio.
- Distanciamiento físico de al menos 1.5 m entre trabajadores.
- El lavado de manos es obligatorio.
- Se deben mantener los ambientes ventilados.
- Fomentar la sensibilización sobre la prevención de la COVID-19 entre trabajadores.
- Las herramientas y/o útiles de oficina son de uso personal y siempre que se pueda, no deberán compartirse.
- Implementar una política de no contacto durante el servicio.
- Realizar el lavado de manos adecuado posterior a la manipulación de cualquier material externo.
- Brindar el servicio en los horarios que establezcan las autoridades nacionales.
- Las reuniones de trabajo y/o capacitación deben ser preferentemente virtuales.
- Usar barreras físicas en los puntos de atención al cliente y/o público en general.
- Habilitar los espacios abiertos como terrazas, jardines o patios como zonas de atención.

5.2. Medidas durante el traslado, descarga y almacenaje de materiales y/o insumos.

- Se debe designar al personal encargado de la recepción y traslado del material, el cual deberá lavarse las manos con agua y jabón luego de culminar la labor.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---

- El proveedor, si es éste el que hace la entrega, deberá disponer del personal necesario para este procedimiento tomando las medidas de higiene y limpieza.
- Los insumos deben desinfectarse antes de almacenarlos.
- Los materiales deben almacenarse en una zona donde se cuente con el espacio necesario para su manipulación sin generar aglomeración.

5.3. Medidas para el uso de equipos y/o maquinarias.

- La maquinaria y/o equipo debe ser operado solo por el personal capacitado para ello.
- Antes de su uso se deben limpiar las partes de contacto directo con las manos como manubrios, palancas, botones de uso frecuente, silla de conductor. Se debe realizar cada cambio de turno o cuando haya un cambio de operador.
- Se llevará un registro de la limpieza y desinfección de las maquinarias, vehículos y equipos que se utilicen para la ejecución de las actividades.

5.4. Medidas durante la atención

- Durante la atención, el personal de servicio (mozo, azafata, etc.) debe respetar el distanciamiento de al menos 1 metro con el cliente cuando éste tenga puesta la mascarilla.
- Si el cliente se retira la mascarilla la distancia entre el personal de servicios y el cliente debe ser de mínimo 2 metros. De no ser posible esto, el personal de servicio debe utilizar protector facial adicional a la mascarilla, respetando el distanciamiento social de al menos 1 metro.
- El personal de atención al cliente (bar, caja, despacho, etc.) debe mantener una distancia de 2 metros con el cliente, de no ser posible implementar barreras físicas (por ejemplo, pantallas o mamparas).
- Los ambientes se deben mantener ventilados de manera natural o con sistemas mecánicos que aseguren la circulación de aire. En los ambientes confinados como ascensores, almacenes, vestuarios, SSHH, se debe mantener un distanciamiento de 2 metros con señalización.
- Se prohíbe el saludo mediante contacto físico entre el personal, proveedores, visitantes y clientes.
- El personal de atención al cliente (bar, caja, despacho, etc.) debe lavarse con agua y jabón y/o desinfectarse las manos después de cada atención y cuando el caso lo amerite, particularmente luego de realizar cobranzas y/o pagos y/o recibir propinas.
- Cuando el cliente se retire, se debe recoger todo el servicio (vajilla, cubiertos, y cualquier otro elemento usado por el cliente) de la mesa sin sacudir. Luego de ello, todo deberá ser lavado y desinfectado.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

- Limpiar y desinfectar las superficies que entraron en contacto con el cliente. (sillas, mesas, mamparas o separadores físicos) y prepararlas para la siguiente atención.

5.5. Distribución de mesas y clientes

- Organizar la ubicación de los clientes al ingreso del salón. Se recomienda numerar mesas para facilitar la ubicación y evitar aglomeraciones.
- La distancia entre los bordes de las mesas del salón cuando los comensales se dan la espalda debe ser de 1.5 metros, de no ser posible esto, implementar separadores físicos.
- Grupos familiares de 8 personas podrán compartir una mesa en salón.
- Grupos familiares de 2 personas podrán sentarse juntas en las barras.
- En las barras la distancia entre clientes solos o grupos familiares debe ser de 2 metros, de no ser posible esto, implementar separadores físicos.
- La distancia social en la barra entre el personal de atención y el cliente debe ser 2 metros, de no ser posible esto, se podrá implementar separadores físicos.
- Las zonas de alto tránsito de personal y clientes como pasillos que facilitan el desplazamiento en el salón, deben ser de al menos 2 metros entre los bordes de las mesas del salón.
- La distribución de mesas y aforo del salón debe realizarse respetando la normativa vigente sobre el distanciamiento social y el uso de equipos de protección personal, bajo responsabilidad de la empresa que brinda el servicio.

5.6. Preparación de pedidos

5.6.1. Antes de la actividad:

1. Lavarse con agua y jabón y desinfectarse las manos.
2. Verificar que el personal cuente con los EPP.
3. Asegurar que la zona de trabajo se encuentre limpia y desinfectada.
4. Asegurar la disponibilidad de la materia prima, insumos, materiales y envases para la preparación de los pedidos, evitando el desplazamiento innecesario del personal.
5. Disponer de soluciones desinfectantes.

5.6.2. Durante la actividad

1. Realizar el lavado con agua y jabón y desinfección de manos, equipos y materiales cada vez que sea necesario.
2. Evitar tocarse la boca, nariz y ojos.
3. Disponer de los residuos sólidos respetando las medidas preventivas sanitarias establecidas.
4. Cumplir hábitos de higiene adecuados al toser o estornudar.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01
		Versión: 01

5. Verificar la higiene y hermeticidad externa de los envases primarios que contienen los pedidos, guarniciones, salsas y/o ajíes antes de la entrega al área de despacho.

5.6.3. Después de la actividad

1. Desinfectar superficies, materiales y equipos que entran en contacto con nuestras manos durante la preparación de pedidos.
2. Lavarse con agua y jabón y desinfectarse las manos al término de la operación.

5.7. Del envase y empaque

- El envase es aquel objeto que contiene y está en contacto directo con el alimento preparado culinariamente, destinado al consumo humano. Es de primer uso y permite la protección del alimento de contaminantes externos y es resistente a su manipulación.
- El empaque es el objeto que protege y preserva el envase con el alimento preparado culinariamente, es de primer uso. El empaque para su traslado debe cerrarse, conteniendo el envase con alimento, y este ser acondicionado en el contenedor o caja para su reparto, manteniéndose cerrado durante todo el trayecto hasta ser entregado al consumidor final.

5.8. Disposición de residuos sólidos

- La disposición de los residuos sólidos generales se realiza de acuerdo a lo establecido en el Decreto Legislativo N° 1278, “Ley de Gestión Integral de Residuos Sólidos” y la R.M-099-2020-MINAM “Recomendaciones para el manejo de residuos sólidos durante la Emergencia Sanitaria por COVID-19 y el Estado de Emergencia Nacional en domicilios, centros de aislamiento temporal de personas, centros de abasto, bodegas, locales de comercio interno, oficinas administrativas y sedes públicas y privadas, y para operaciones y procesos de residuos sólidos”.
- Implementar tachos o recipientes rotulados con tapa vaivén o accionado con pedal para el descarte de los EPP (mascarillas y guantes).
- Las bolsas plásticas que contienen estos desechos deben ser amarradas con doble nudo y rociados con solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 0.5% de dilución para su posterior disposición final en el contenedor de no aprovechables. Por ningún motivo se deben abrir las bolsas nuevamente.”

5.9. Gestión de espacios comunes

5.9.1. Vestuarios y servicios higiénicos

- Se deben mantener estos ambientes limpios y ordenados.
- La limpieza y desinfección de estos espacios es diaria.



PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2

Código: P-01

Versión: 01

- Los trabajadores no deben ingresar al trabajo con su ropa de labores. Se podrá su ropa de trabajo en los vestuarios y guardará su ropa de uso normal en un gabinete personal o en su defecto en una bolsa plástica.
- Si no se puede garantizar el cumplimiento de la distancia mínima de 1.5 m entre trabajadores, se asignarán turnos para el uso de estos ambientes.

5.9.2. Comedor

- Se debe mantener el comedor ordenado y limpio.
- La limpieza y desinfección de este espacio es diaria, preferentemente luego de culminado el almuerzo.
- El trabajador colabora con la limpieza del comedor depositando sus residuos en los tachos adecuados.

6. MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSONAL

Los trabajadores de POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI han sido identificados como de RIESGO BAJO y RIESGO MEDIO ante contagio de COVID-19, por lo que harán uso de mascarillas quirúrgicas descartables y/o mascarillas comunitarias (RM-135-2020 MINSA). Los trabajadores de riesgo medio que usen mascarillas comunitarias deberán utilizar complementariamente un protector facial para realizar sus actividades.

Complementariamente se proveerá a los trabajadores de dispensadores de alcohol en gel o en solución al 70% para que se desinfecten las manos.

Todo trabajador debe inspeccionar su mascarilla antes de su uso para verificar si está limpia, dañada o tiene defectos, en caso se detecte que está dañado o defectuosa, se debe retirar y solicitar su reemplazo inmediatamente ante el residente de obra.

7. VIGILANCIA DE LA SALUD DEL TRABAJADOR EN EL CONTEXTO DE LA COVID-19

- a) Control de la temperatura corporal de los trabajadores al momento de ingresar al centro laboral.
- b) Se restringirá el acceso al centro laboral de todo colaborador con temperatura mayor a 37.5 °C o con síntomas respiratorios, el cual deberá retornar a su domicilio. Se debe gestionar el seguimiento correspondiente.
- c) Vigilancia de otros factores de riesgo de tipo ergonómico y psicosocial en el contexto de la pandemia por COVID-19.
- d) El aislamiento de casos sospechosos o confirmados para la COVID-19 será por un máximo de 14 días, pudiendo extenderse excepcionalmente

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

de acuerdo a evaluación médica debidamente certificada (SCTR o Certificado Médico del Colegio Médico del Perú).

VII. CONSIDERACIONES PARA EL REGRESO Y REINCORPORACIÓN AL TRABAJO

1. PROCESO PARA EL REGRESO AL TRABAJO

Se establece el proceso de regreso al trabajo para los trabajadores que estuvieron en cuarentena social y que no presentaron sintomatología de la COVID-19, ni son actualmente caso sospechoso ni confirmado de COVID-19. En estos casos el regreso es automático.

2. PROCESO PARA LA REINCORPORACIÓN AL TRABAJO

Se establece el proceso de reincorporación al trabajo orientado a los trabajadores que cuentan con alta epidemiológica COVID-19, emitido por el Ministerio de Salud, IAFAS, EPS, médico tratante o médico ocupacional, luego de haber tenido un diagnóstico de caso sospechoso, probable o confirmado de COVID-19 o de haber sido contacto directo de un caso y cumplido el aislamiento respectivo.

En el caso de pacientes asintomáticos o con diagnóstico probable de la COVID-19, el alta se dará 14 días después de la prueba confirmatoria positiva.

En el caso de pacientes con diagnóstico confirmado de la COVID-19 que presenten síntomas, el alta se dará 14 días después del inicio de los síntomas. Se debe tener en cuenta que este periodo puede extenderse según evaluación del médico tratante debidamente certificada. En el caso de pacientes sintomático sin prueba confirmatoria, el alta se dará 14 días después del inicio de los síntomas.

En el caso de pacientes moderados o graves (hospitalizados) con diagnóstico positivo confirmado de la COVID-19, el alta la establece el médico tratante, su reincorporación se realiza de acuerdo con la evaluación realizada por el Área de Seguridad y Salud en el Trabajo de acuerdo con las normas vigentes.

3. PROCESO PARA EL REGRESO O REINCORPORACIÓN AL TRABAJO DE TRABAJADORES CON FACTORES DE RIESGO PARA COVID-19

- Las personas que se encuentren en alguno de los grupos de riesgo realizan prioritariamente trabajo remoto.
- Los trabajadores con algún factor de riesgo, cuyas labores sean de alto o muy alto riesgo de exposición, que soliciten regresar o reincorporarse, deben pasar por una evaluación individualizada por el médico

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

ocupacional, luego de la cual el trabajador firmará un acta en la que se deja constancia de haber recibido información de todos los riesgos que implica su regreso o reincorporación.

- En el caso de trabajadoras que se encuentren en estado de gestación y presenten alguna interurrencia durante el embarazo, el médico ocupacional determina si se puede permanecer o no en el trabajo. Debiendo cautelar la salud y vida de la trabajadora y la culminación satisfactoria de su embarazo.
- Aquellos trabajadores con factores de riesgo que hayan superado la COVID-19 y deseen reanudar sus actividades podrán hacerlo aplicando todas las medidas de protección y de higiene descritas en el presente documento siempre y cuando el médico a cargo de la vigilancia de la salud de los trabajadores lo apruebe o hasta tener nueva información.

VIII. RESPONSABILIDADES DEL CUMPLIMIENTO DEL PLAN

- **Gerencia general**
 - Asegura los recursos para la implementación del presente plan.
 - Aprueba y evalúa la aplicación de las medidas preventivas establecidas para prevenir el contagio de COVID-19 dentro y fuera de la empresa.
 - Define el personal indispensable para la continuidad de la operación.
 - Responsable legal ante las autoridades pertinentes.
- **Administrador**
 - Solicita recursos a la Gerencia para la correcta implementación y aplicación de las medidas preventivas establecidas en la empresa.
 - Asegura la disponibilidad de los EPP para todo el personal en todos los procesos.
 - Vela por el cumplimiento del plan de limpieza y desinfección de las instalaciones.
 - Realiza el seguimiento y cumplimiento del presente plan.
- **Responsable de seguridad y salud de los trabajadores**
 - Cumplir las responsabilidades de acuerdo a los documentos normativos vigentes considerando la Resolución Ministerial N° 972-2020/MINSA, que aprueba el documento técnico “Lineamientos para la vigilancia, prevención y control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a SARS-CoV-2”, y otros documentos normativos exigidos en seguridad y salud en el trabajo.
- **Personal operativo**
 - Ejecuta y cumple responsablemente todas las medidas preventivas sanitarias del presente plan y las definidas por la empresa en todos los procesos operativos para prevenir el contagio de COVID-19.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

- Participa de manera obligatoria en las campañas de sensibilización y capacitaciones dirigidas por la empresa para prevenir el contagio de COVID-19.
- Utiliza los recursos proporcionados por la empresa de manera responsable para asegurar la salud del resto del personal, proveedores, visitantes, fiscalizadores y cliente.
- Reporta cualquier sospecha de infección respiratoria al Responsable de Seguridad y Salud de los Trabajadores.
- Cumple con el control preventivo de sintomatología de COVID-19 definido por la empresa.
- Mantiene la confidencialidad de los casos de COVID-19, salvaguardando el anonimato de las personas.
- Informa al Responsable de Seguridad y Salud de los Trabajadores sobre situaciones o personas que no cumplan el presente protocolo.
- Consulta al Responsable Seguridad y Salud de los Trabajadores sobre cualquier duda relacionada al presente protocolo.



**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN
Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS
TRABAJADORES CON RIESGO DE
EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2**

Código: P-01

Versión: 01

IX. PRESUPUESTO Y PROCESO DE ADQUISICIÓN DE INSUMOS PARA EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN

Item	Materiales/Equipos	Unidad	Precio unitario	Cantidad	Parcial (S/.)
1	Jabón líquido de tocador con dispensador - Envase de 400 ml	und	9.00	19	171.00
2	Gel hidroalcohólico Concentración 70% - Envase 400 ml	und	14.00	8	112.00
3	Lejía al 5% concentración de hipoclorito de sodio - Botella de 639 ml	und	4.00	6	24.00
4	Alcohol al 70% - Botella de 500 ml	und	12.40	8	99.20
5	Pediluvio de Caucho 40 cm x 50 cm x 2 cm	und	30.00	1	30.00
6	Paño secador de microfibra 38 cm X 38 cm	und	3.00	9	27.00
7	Trapeador de yute con ojal 56 cm x 80 cm	und	3.00	3	9.00
9	Felpudo/tapete de PVC 60 cm x 40 cm x 1cm	und	35.00	1	35.00
10	Papel toalla ecológico - Rollo x 200m	und	15.00	4	60.00
11	Par de guantes multiusos de látex para limpieza	und	5.20	3	15.60
12	Protectores faciales de acrílico	und	25.00	2	50.00
13	Mascarillas comunitarias (RM-135-2020-MINSA)	und	8.00	21	168.00
14	Señalizaciones y afiches	global	300.00	1	300.00
15	Pruebas serológicas para covid-19 (Pruebas rápidas)	und	100.00	7	700.00
16	Termómetro infrarrojo digital Unidades de temperatura: °C/°F Resolución : 0,1 °C Precisión: ±1 %	und	150.00	1	150.00
TOTAL					1,950.80

**Nota: Las cantidades y montos son referenciales. Se irán actualizando conforme se retomen las actividades.*

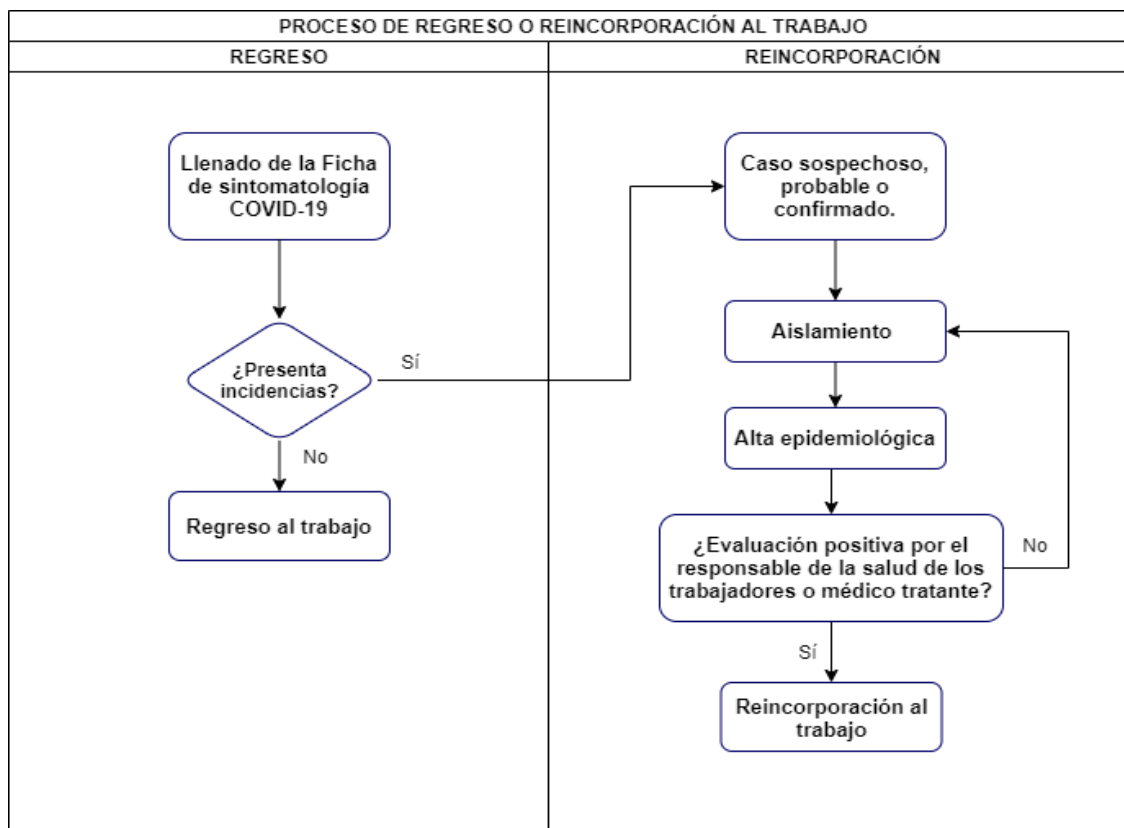


**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN
Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS
TRABAJADORES CON RIESGO DE
EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2**

Código: P-01

Versión: 01

X. PROCEDIMIENTO PARA EL REGRESO Y RETORNO AL TRABAJO



XI. LISTA DE CHEQUEO DE VIGILANCIA

ELEMENTO	CUMPLE (Sí/NO/En proceso)	DETALLES PENDIENTES POR MEJORAR
Limpieza del centro de labores		
Zona de ingreso	SI	2 PUERTAS DE INGRESO
Áreas administrativas	SI	OFICINA ADMINISTRATIVA
Áreas operativas	SI	01 AMBIENTE COCINA CARTA, Y 01 AMBIENTE MENÚ
Servicios Higiénicos	SI	1 AMBIENTE PARA MUJERES, 01 AMBIENTE VARONES Y 01 AMBIENTE PARA DISCAACITADOS
Desinfección del centro de labores		
Zona de ingreso	SI	
Áreas administrativas	SI	



**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN
Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS
TRABAJADORES CON RIESGO DE
EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2**

Código: P-01

Versión: 01

ELEMENTO	CUMPLE (SÍ/NO/En proceso)	DETALLES PENDIENTES POR MEJORAR
Áreas operativas	SI	
Servicios Higiénicos	SI	
Se evalúa la condición de salud de todos los trabajadores periódicamente		
1. Toma de temperatura diaria de forma aleatoria	SI	
2. Ficha de sintomatología de la COVID-19	SI	
3. Aplicación de pruebas serológicas cuando lo ameriten	SI	
CASOS SOSPECHOSOS		
Aplicación de la Ficha Epidemiológica de la COVID-19 establecida por MINSA a todos los casos sospechosos en trabajos de bajo riesgo	SI	
Identificación de contactos en casos sospechosos	SI	
Se comunica a la autoridad de salud de su jurisdicción o EPS para el seguimiento de casos correspondiente.	SI	
Se realiza seguimiento clínico a distancia diariamente al trabajador identificado como caso sospechoso.	SI	
MEDIDAS DE HIGIENE		
Se aseguran los puntos de lavado de manos con agua potable, jabón líquido o jabón desinfectante y papel toalla	SI	
Se aseguran puntos de alcohol para desinfección de manos	SI	
Se ubica un punto de lavado o dispensador de alcohol en el ingreso del centro de trabajo	SI	
Los trabajadores proceden al lavado de manos previo al inicio de sus actividades laborales	SI	
Se colocan carteles en las partes superiores de los puntos de lavado para la ejecución adecuada del método de lavado correcto o el uso de alcohol para la higiene de manos	SI	
SENSIBILIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO EN EL CENTRO DE TRABAJO		
Se difunde información sobre coronavirus y medios de protección laboral en lugares visibles.	SI	
Se difunde la importancia del lavado de manos, toser o estornudar cubriéndose la boca con la flexura del codo, no tocarse el rostro entre otras políticas de higiene.	SI	
Todos los trabajadores utilizan mascarilla de acuerdo al nivel de riesgo del puesto de trabajo.	SI	
Se facilitan medios para responder las inquietudes de los trabajadores respecto a la COVID-19	SI	
MEDIDAS PREVENTIVAS		



**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN
Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS
TRABAJADORES CON RIESGO DE
EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2**

Código: P-01

Versión: 01

ELEMENTO	CUMPLE (SÍ/NO/En proceso)	DETALLES PENDIENTES POR MEJORAR
Ambientes adecuadamente ventilados	SI	
se cumple con el distanciamiento social de 1 metro entre trabajadores, además del uso permanente de protector respiratorio, mascarilla quirúrgica o comunitaria según corresponda.	SI	
Existen medidas de protección a los trabajadores en puestos de atención al cliente, mediante el empleo de barreras físicas.	SI	
Se evita las conglomeraciones durante el ingreso y la salida del centro de trabajo.	SI	
Se establecen puntos estratégicos para acopio y entrega de EPP	SI	
Se entrega EPP de acuerdo al riesgo del puesto de trabajo.	SI	
El trabajador utiliza correctamente el EPP	SI	
Medidas preventivas colectivas (Ejem. Talleres online sobre Primeros Auxilios psicológicos, apoyo emocional, difusión de información sobre la COVID-19).	SI	
VIGILANCIA DE LA SALUD DEL TRABAJADOR		
Se controla la temperatura corporal de cada trabajador	SI	
Se indica evaluación médica de síntomas a todo trabajador que presente temperatura mayor a 38 °C.	SI	
Se consideran medidas de salud mental (especificar).	SI	
Se registra en el SISCOVID a todos los trabajadores que pasen por una prueba de la COVID-19.	SI	
Se les otorga aislamiento domiciliario cubierto por descanso médico por un tiempo no menor a 14 días a aquellos trabajadores diagnosticados con la COVID-19.	SI	
Se les otorga licencia por un tiempo de 14 días a aquellos trabajadores que, por haber presentado síntomas o haber estado en contacto con un caso positivo de la COVID-19, cumplen cuarentena.	SI	

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	---	---------------------------------

DOCUMENTO DE APROBACIÓN DEL PLAN

ACTA DE APROBACIÓN DEL PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA COVID-19

ACTA N° 00X-2021

De acuerdo a lo establecido en la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, su reglamento aprobado por Decreto Supremo N° 005-2012-TR y sus modificatorias, siendo las {ingresar hora} del día {Ingresar fecha}, el supervisor de seguridad y salud en el trabajo y el gerente general de la empresa se reúnen para acordar y aprobar lo siguiente:

El Plan para la Vigilancia, Prevención y Control de la COVID-19 de la empresa POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI para la reactivación de sus actividades, según y tomando las recomendaciones del Decreto Supremo N° 972-2020-MINSA.

Dan conformidad a la revisión y aprobación de los acuerdos:

Gerente General

Supervisor de Seguridad

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01
		Versión: 01

XII. ANEXOS

1. Nómina de trabajadores por nivel de riesgo de exposición ante COVID-19.
2. Preparación de soluciones desinfectantes.
3. Ficha de sintomatología COVID-19.
4. Afiches para desinfección de manos.
5. Instructivo para lavado y desinfección de manos.
6. Instructivo de uso de guantes.
7. Distribución y señalización de referencia para el salón.

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – CoV - 2		Código: P-01
			Versión: 01

ANEXO 1

Nómina de trabajadores

Nº	APELLIDO PATERNO	APELLIDO MATERNO	NOMBRES	RÉGIMEN	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	MODALIDAD DE TRABAJO	FACTOR DE RIESGO	PUESTO DE TRABAJO	NIVEL DE RIESGO PARA COVID-19	REINICIO DE ACTIVIDADES	FECHA DE REINICIO DE ACTIVIDADES
1	SUAREZ	HUANCAS	CESAR	Tercero	DNI	16801449	Presencial	NO	COCINERO	Medio	Reingreso	15/05/2021
2	GONZALES	CABRERA	JULIO AMADO	Tercero	DNI	16801449	Presencial	NO	COCINERO	Medio	Reingreso	15/05/2021
3	AGUILAR	DIAZ	KEYLI PAOLA	Tercero	DNI	04555252	Presencial	NO	AYUDANTE COCINA	Bajo	Reingreso	15/05/2021
4	NAVAS	MADERA	MARYERLING SABRINA	Tercero	DNI	04680273	Presencial		AZAFATA	Medio	Reingreso	15/05/2021
5	SERNAQUE	LUYO	ALEXANDER	Tercero	DNI	45774843	Presencial	NO	AYUDANTE COCINA	Bajo	Reingreso	15/05/2021
6	LOPEZ	ROCENDO	ROMAN	Tercero	DNI	10073046	Presencial	NO	MOZO	Medio	Reingreso	15/05/2021
7	SUAREZ	SOLANO	LARY MIREYA	Tercero	DNI	73687317	Presencial	NO	AZAFATA	Medio	Reingreso	15/05/2021
8	MUÑOZ	SAUCEDO	MAYRA YAMILET	Planilla	DNI	74438948	Trabajo Remoto	NO	Supervisor de Seguridad y Salu	Bajo	Reingreso	15/05/2021
9	FARRO	VALDEZ	GEINER	Planilla	DNI	43467293	Presencial	NO	ADMINISTRADOR	Bajo	Reingreso	15/05/2021

ANEXO 2

Preparación de soluciones desinfectantes

Para la preparación de la solución clorada se utiliza la siguiente fórmula:

$$V = \frac{Cd \times Vd}{Cc}$$

Donde:

V: Volumen de desinfectante que vamos a añadir a nuestro depósito.

Vd: Volumen deseado de solución.

Cd: Concentración de hipoclorito² deseada.

Cc: Concentración de hipoclorito del desinfectante. (Esto puede variar de acuerdo al producto, revisar la concentración en el empaque).

Ejemplo aplicativo:

Se requiere preparar 1 litro de una solución de hipoclorito de sodio al 0.01% (100 ppm³) sabiendo que la concentración inicial es al 5%.

Datos:

- La concentración deseada es de 0.01%. → Cd = 0.01%
- El volumen de solución requerido 1 L (1000 ml)⁴. → Vd = 1000 ml
- Concentración del hipoclorito es de 5%. → Cc = 5%.

Reemplazamos en la fórmula.

$$V = \frac{0.01\% \times 1000 \text{ ml}}{5\%} = 4.0 \text{ ml}$$

MODO DE DILUCIÓN: Se disolverá 4.0 ml de hipoclorito de sodio al 5% en un balde con 996 ml de agua para obtener 1000 ml de solución de 0.01% (100 ppm) de concentración.

Tabla de diluciones de cloro

Superficie a desinfectar	Concentración requerida	Concentración del producto	Dosificación
Puertas y techo.	0.01% (100 ppm)	Hipoclorito 5%	Diluir 40 ml de producto desinfectante en 20 litros de agua
Mesas y equipos. Botas, mandiles de plástico.	0.02% (200 ppm)	Hipoclorito 5%	Diluir 160 ml de producto desinfectante en 20 litros de agua

² El hipoclorito de sodio es el agente desinfectante del producto comercial conocido como lejía.

³ Es una unidad de concentración. ppm: partes por millón.

⁴ Podemos utilizar cualquier unidad de volumen, el resultado se obtendrá en esa unidad, es decir que, si usamos el dato de volumen en litros, el resultado será en litros. Se sugiere colocar el volumen en mililitros para obtener resultados más intuitivos (Decir agrega 2 ml es más manejable que decir agrega 0.002 L).



**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN
Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS
TRABAJADORES CON RIESGO DE
EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2**

Código: P-01

Versión: 01

Superficie a desinfectar	Concentración requerida	Concentración del producto	Dosificación
Inodoro/urinarios	0.03% (300 ppm)	Hipoclorito 5%	Diluir 120 ml de producto desinfectante en 20 litros de agua
Pisos y paredes.	0.04% (400 ppm)	Hipoclorito 5%	Diluir 100 ml de producto desinfectante en 20 litros de agua

	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01
		Versión: 01

ANEXO 3

Ficha de sintomatología COVID-19 para regreso al trabajo Declaración Jurada		
He recibido explicación del objetivo de esta evaluación y me comprometo a responder con la verdad.		
Empleador: POSTILLÓN FLORES YUDITH MAGALI		RUC: 10435877198
Apellidos y nombres:		
Área de trabajo:		DNI
Dirección:		Celular:
En los últimos 14 días calendario ha tenido alguno de los síntomas siguientes:	SI	NO
1. Sensación de alza térmica o fiebre		
2. Tos, estornudos o dificultad para respirar		
3. Expectoración o flema amarilla o verdosa		
4. Pérdida del gusto y/o olfato		
5. Contacto con persona(s) con un caso confirmado de COVID-19		
6. Está tomando alguna medicación (detallar cuál o cuáles)		
.....		
Todos los datos expresados en esta ficha constituyen declaración jurada de mi parte. He sido informado que de omitir o declarar información falsa puedo perjudicar la salud de mis compañeros y la mía propia, asumiendo las responsabilidades que correspondan.		
Fecha:/...../.....		
_____ Firma		

ANEXO 4

Limpia tus manos

¿Cuándo?



Antes de tocarte la cara



Después de toser o estornudar



Después de ir al baño



Antes y después de cambiar pañales



Antes de preparar y comer alimentos



Antes y después de visitar o atender a alguien enfermo



Después de tirar la basura



Después de tocar las manijas de las puertas



Después de estar en lugares públicos concurridos

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

OPS

Organización
Panamericana
de la Salud

Organización
Mundial de la Salud
OPS/OMS Región de las Américas

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

Limpia tus manos

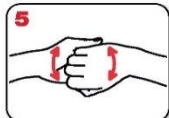
¿Cómo desinfectarse las manos?
CON UN GEL A BASE DE 60%-95% ALCOHOL



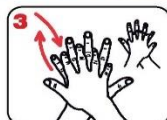
Deposito en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies



Frótese las palmas de las manos entre sí



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa

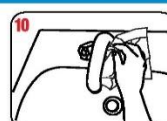
Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



Enjuáguese las manos con agua



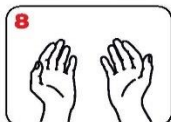
Séquese con una toalla desechable



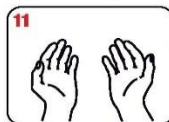
Sírvase de la toalla para cerrar el grifo

20-30 sec

40-60 sec



Una vez secas, sus manos son seguras



Sus manos son seguras

Limpia tus manos

CON UN GEL A BASE DE ALCOHOL

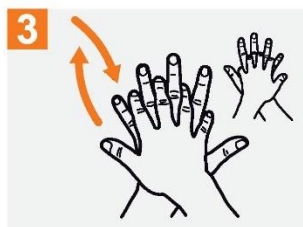
 Duración de este procedimiento: 20-30 segundos



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.



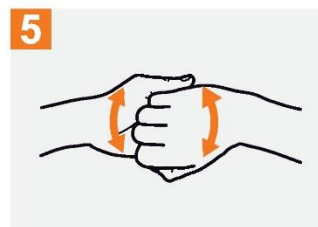
Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



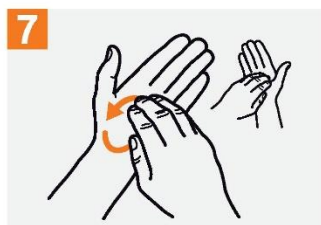
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



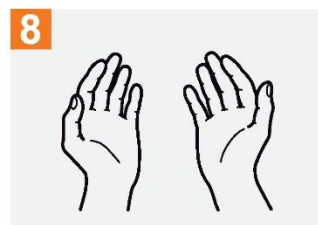
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.



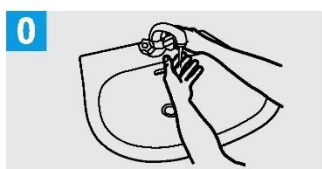
Una vez secas, sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

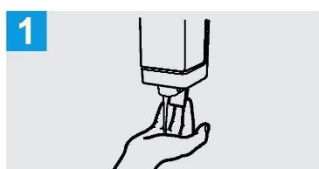
Limpia tus manos

CON AGUA Y JABÓN

 Duración de este procedimiento: 40-60 segundos



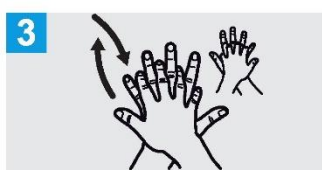
0 Mójese las manos con agua.



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.



2 Frótese las palmas de las manos entre sí.



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



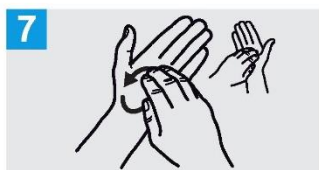
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



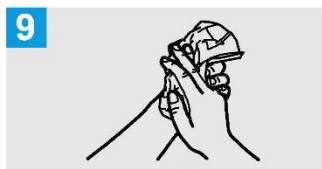
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



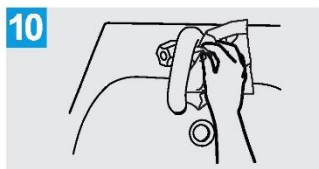
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.



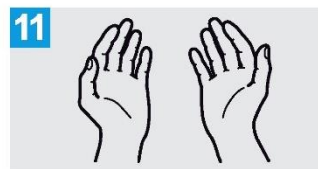
8 Enjuáguese las manos con agua.



9 Séquese con una toalla desechable.



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo.



11 Sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

ANEXO 5

Instructivo de lavado y desinfección de manos

Objetivo:

- Brindar instrucciones sobre el lavado de manos para cumplir con las medidas preventivas sanitarias consideradas.

Alcance:

- A todo el personal involucrado en la preparación de alimentos, despacho, entrega de alimentos, personal externo, administrativo y clientes.

Descripción:

- **Paso 1:** Remangarse el uniforme hasta la altura del codo.



- **Paso 2:** Mojarse las manos y el antebrazo hasta los codos.



- **Paso 3:** Usa jabón y frótate al menos 20 segundos como mínimo para lavar toda la superficie de tus manos hasta el codo, incluido los espacios entre los dedos, las muñecas, las palmas y las uñas.



- **Paso 4:** Enjuaga tus manos con agua corriente, de manera que el agua corra desde arriba de los codos hasta la punta de los dedos.



	PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – COV - 2	Código: P-01 Versión: 01
---	--	--



- **Paso 5:** Sécate las manos completamente con papel toalla.
- **Paso 6:** Utiliza papel toalla para proteger las manos al cerrar el grifo.



- **Paso 7:** Realiza la desinfección con un desinfectante de manos que debe tener al menos un 60% de alcohol.



Además, se debe de considerar que:

- Lavarse las manos con agua y jabón siempre es más efectivo que los desinfectantes con alcohol.
- Usa los desinfectantes de alcohol cuando no cuentes con puntos de lavado de mano.
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Lávatelo hasta los codos para obtener una limpieza integral.

¿Cuándo lavarse las manos?

- Después de haber estado en un lugar público.
- Después de tocarse la nariz, toser, estornudar o usar los servicios higiénicos.
- Antes de preparar o manipular alimentos.

ANEXO 6

Instructivo de uso de guantes

Objetivo

- Brindar instrucciones que permitan un adecuado control de los guantes

Alcance

- A todo el personal administrativo, operativo, externos y clientes que requieran el uso de guantes.

Descripción

- Para realizar el buen uso de los guantes se debe de seguir los siguientes pasos:
 - Lávate y/o desinféctate las manos antes de colocarte los guantes, según la técnica de lavado de manos.



- Colócate los guantes.
 - Lávate y/o desinféctate las manos con los guantes puestos.
- ¿Cómo me retiro los guantes?
 - Agarra el guante por el lado de la palma y a la altura de la muñeca y sujeta para retirarlo.



- Sostén el guante ya retirado con la palma de la mano donde todavía tienes puesto el otro guante y sujeta para retirarlo evitando tocar el exterior del guante.



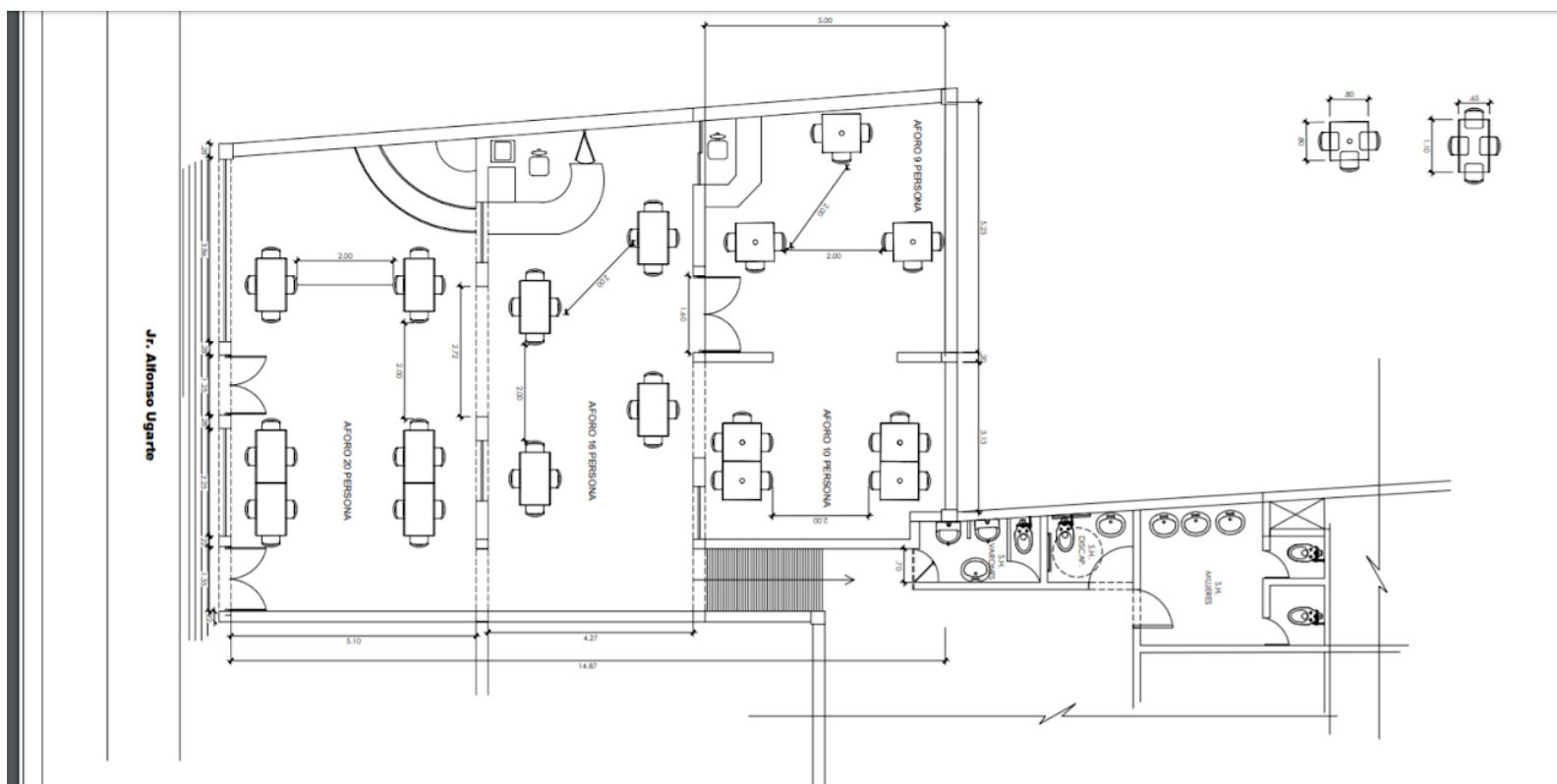
- Desecha los guantes en un contenedor para residuos.





Versión: 01

Distribución y señalización de referencia para el salón





PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN AL SARS – CoV - 2

Código: P-01

Versión: 01

ANEXO N° 8

Formato De Capacitación Del Personal

FECHA : / /
CAPACITACIÓN : Interna Externa
EXPOSITOR : _____

TEMA DE EXPOSICIÓN : _____

PERSONAL	ÁREA	DNI	CALIFICACIÓN	FIRMA

CALIFICACIÓN

S : Satisfactorio
NS : No Satisfactorio