

Prevención de COVID-19 en la Actividad Laboral

Transporte

¿Qué es un contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio laboral con una persona confirmada o sospechosa de COVID-19, bajo las siguientes condiciones:

- Por un periodo de 10 minutos o más a una distancia menor a 1.5 metros y sin haber usado el equipo de protección personal adecuado (sin cubrebocas, careta o lentes protectores)
- Haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas o aerosoles de un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por el trabajador infectado
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

Riesgos específicos de la actividad

- El transporte público, al ser utilizado por muchas personas, puede favorecer el contacto con las secreciones o los objetos contaminados de otra persona, esto es desde el momento que ingresa a la estación o parada del transporte, durante el viaje y al salir del mismo
- Se permanece por tiempo prolongado, en un espacio confinado (transporte), con otras personas
- Las aglomeraciones en paradas o estaciones



Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por los menos 1.5 metros de los demás
- Lava tus manos con agua y jabón o usa gel antibacterial con base de alcohol al 70% al salir o llegar de cualquier lugar, antes de comer o beber, después de tocar artículos como dinero, cajas, portapapeles, bolígrafos o papeles, después de usar el baño y al final del turno
- No te toques la cara, en especial ojos y boca
- No compartas objetos de uso común o personal: teléfonos, audífonos, plumas o Equipo de Protección Personal (EPP). Límpialos frecuentemente con agua y jabón o desinfectalos con alcohol
- Tómate la temperatura diariamente, si es mayor de 37.5°C repórtala a tu jefe o al personal de salud de tu empresa y llena el permiso COVID-19
- Usa siempre el Equipo de Protección Personal (EPP) que te proporciona tu patrón
- Si viajas en transporte público, desinfecta las manos antes de abordar, usa cubrebocas, evita tocar tu cara, así como superficies del vehículo, procura mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros de los demás pasajeros



El propósito de estas recomendaciones es que ningún trabajador reúna las condiciones para ser un contacto en el trabajo.

Preparación

Prepare la lista de lo que es absolutamente necesario

- **Soluciones** desinfectantes o cloro comercial (100 ml diluido en 900 ml de agua) para destruir o inactivar el virus. Los desinfectantes deben estar en contacto con la superficies durante un minuto
- **Implemente** un sistema de pago por tarjetas (prepago, pago sin contacto o pago electrónico) para evitar usar efectivo
- **En las unidades** sustituya al 100% materiales que no tengan superficies lavables o de fácil desinfección
- **Elabore rutinas** de sanitación para los vehículos
- **Equipo** de protección personal (EPP)
 - Todo el personal debe usar cubrebocas
 - El conductor y el personal en contacto con clientes deben usar protección ocular
- **Instale dispensadores** de gel de alcohol y asegure la disponibilidad del producto para la higiene de manos de usuarios en paradas o terminales
- **Disponibilidad** de consumibles para la limpieza y desinfección de superficies: Agua, jabón, paño/jerga, toallas sanitizantes, guantes gruesos (para la manipulación de soluciones cloradas), soluciones desinfectantes alcohol y cloro.
- **Señalización** para conductores y pasajeros
 - Marcas en el piso con la separación que debe tener cada pasajero en el área de espera y en las paradas o terminales
 - En el área de espera, parada o estación, indicando la capacidad máxima del transporte y los horarios de los mismos
 - Instrucciones para lavarse las manos en sala de espera, parada, terminal y al ingresar al transporte
 - Recordatorio de etiqueta respiratoria
 - No tirar o dejar basura en el vehículo
 - Cancelación de asientos para mantener la sana distancia
 - En el vehículo, con la distancia máxima de acercamiento al conductor
 - En paradas de servicios urbanos y taxis, la prohibición del consumo de alimentos o bebidas
- **Considere**, por la restricción en la capacidad máxima de pasajeros en los vehículos, un mayor número de unidades o viajes

- **En transportes** masivos coloque una barrera física entre el conductor y los pasajeros
- **Asegure** el funcionamiento adecuado del sistema de aire acondicionado (sin recirculación del aire)



Organice la jornada de trabajo (eficiente)

- **Asegura** que los trabajadores estén informados en torno al virus, cómo minimizar su propagación y la definición de contacto
- **Establece** una política clara sobre lo que se espera de los trabajadores en caso de que se enfermen, desarrollen síntomas o se reporten como contactos de pacientes COVID-19
- **Incluye**, en los horarios, tiempo suficiente para la limpieza y desinfección del vehículo después de cada viaje si son viajes largos, o después de un número determinado de viajes si son desplazamientos cortos
- **Limita** el número de personas por transporte, según el tiempo de traslado y el tamaño
- **Disminuye** las rutas y corridas en las áreas de mayor transmisión de COVID-19



Durante la actividad laboral

En paradas

- Permite solo el ingreso si el pasajero trae cubrebocas
- Realiza limpieza de forma constante de las superficies de contacto: barandales, manijas, botones
- Propicia que los pasajeros realicen higiene de manos antes de abordar y al descender del vehículo
- Si existe una ventanilla de servicios, por ejemplo para venta de pasaje, asegura que cuente con barrera física entre el trabajador y los clientes
- Recuerda a los pasajeros guarden una distancia de por lo menos 1.5 metros
- Tenga botes de basura con pedal



Conductores

- Limita la cantidad de pasajeros permitidos, para mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros
- Carga un "kit" con todos los insumos que puedas necesitar para la limpieza y desinfección durante la jornada
- Verifica la existencia de bolsas para basura
- Verifica que los pasajeros utilicen cubrebocas en todo momento
- Si el clima lo permite, mantén las ventanillas abiertas para mayor circulación del aire
- Si utiliza aire acondicionado, deshabilite la recirculación de aire
- Limpia y desinfecta las superficies comunes: manijas, agarraderas, marco de la puerta, botones de seguridad, volante, palancas y botones, respaldo de asientos y tubos de apoyo entre cada viaje
- Los conductores tienen las uñas cortas, sin pintar y desinfectan sus manos frecuentemente antes y después de cada servicio, en especial después de tocar dinero
- En taxis, evita que los pasajeros ocupen el asiento de adelante.
- En camiones evita que se sienten detrás del conductor
- Uso de careta durante el abordaje en terminales y en el abordaje a pie de calle o carretera

Pasajeros

- Realiza higiene de manos antes de abordar, al descender, cada vez que toques superficies comunes o que toques tu cubrebocas
- Utiliza cubrebocas en todo momento
- Practica la higiene respiratoria
- Si presentas síntomas respiratorios no hagas uso de transporte masivo, colectivo o compartido.
- Mantén una distancia mínima de 1.5 mts del resto de las personas y no te quites el cubrebocas al viajar
- En transporte urbano o taxis, no ingerir alimentos en el transporte.
- En camiones de pasaje interurbanos consume alimentos con precaución
- No tires basura ni escupas en el transporte



Supervisión

- Que las instrucciones se conozcan y se respeten por trabajadores, clientes y proveedores
- Que no se compartan los dispositivos de comunicación, EPP, cigarrillos, audífonos o teléfono celular
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene
- La limpieza de áreas, vehículos, mobiliario, manijas, volantes, mandos, barras y otras superficies comunes al inicio, durante y al final de la jornada
- La correcta eliminación de las basuras y residuos en bolsas cerradas herméticamente al final de la jornada
- Que los vehículos se ventilen y que en caso de contar con sistemas de ventilación, estos tengan el mantenimiento adecuado
- Considera la retroalimentación y comparte las experiencias de las dificultades de la jornada para adaptar los procedimientos y las medidas previstas inicialmente



Atención: ¡Un riesgo puede ocultar otro! Asegúrate de que la atención prestada al riesgo de infección no oculta o reduce la atención prestada a los riesgos específicos de los lugares de trabajo (riesgo de animales, máquinas, caídas de altura, manipulaciones, utilización de los EPP, etc.)

¡Si te cuidas tú
nos cuidamos todos!



Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales • Coordinación de Salud en el Trabajo • Coordinación de Bienestar Social



GOBIERNO DE
MÉXICO

