

GUIA GENERAL CON ACCIONES BASICAS POST COVID-19

A lo largo de esta segunda fase del confinamiento, estamos hablando mucho sobre la vuelta al trabajo en todos los sectores y es cierto que los profesionales responsables ya están integrando en sus tareas urgentes el asegurar la calidad y seguridad de los espacios de trabajo y de su personal.

En el ánimo de servir de ayuda queremos aportar nuestra experiencia y análisis, recopilando distintas medidas que están actualmente sobre la mesa en el planeamiento de la vuelta a las oficinas.

Sin ninguna duda el COVID-19 va a estar presente sobre nuestra "nueva" forma de trabajar, principalmente respecto a nuevos hábitos de convivencia y higiene que se están incorporando a nuestra rutina.

Existen ACCIONES BÁSICAS que deberán llevarse a cabo en cualquier casuística, independiente de otras más específicas de cada entorno laboral.

USO de DESINFECTANTES

- Instalar más dispensadores de saneamiento de manos con gel hidroalcohólico e higienizante.
- Aplicar SUSTANCIAS BIOCIDAS de efecto comprobado como: Etanol con concentración 70% (preferible para equipos electrónicos con paño o pulverizado y secado posterior), Amonios en concentración variable según producto de acuerdo a las recomendaciones del fabricante.

La utilización de desinfectantes debe hacerse por aquellos que han recibido el correspondiente entrenamiento para ello, y con el uso de equipamientos de protección individual para evitar quemaduras o intoxicaciones.

LIMPIEZA

- Revisar protocolos de limpieza en todos los aspectos incluyendo catering y manipulación: Supervise o cierre las áreas de preparación y calentamiento de alimentos, incluida la despensa de la oficina y la estación de café.
- Higiene y desinfección de superficies en contacto con los usuarios del edificio: aplicación directa de desinfectante en todas las superficies accesibles por pulverización o mediante un paño impregnado con desinfectante. Debe realizarse en las superficies de alto contacto y que se tocan con frecuencia por múltiples personas

CALIDAD DE AIRE Y CONDICIONES AMBIENTALES

- En General se debe Incrementar caudal, ajustar ventiladores, incrementar la tasa de aire fresco por persona y aprovechar al máximo la ventilación natural.
- Instalación de sistemas de monitorización del aire en continuo con mediciones de dióxido de carbono, partículas y TVOC (compuestos orgánicos volátiles), con indicaciones de estado real en que se encuentra (por ejemplo, código colores verde, amarillo y rojo).
- Establecer tasas de ventilación de acuerdo a políticas de renovación del aire y de aforo.
- Mantener la humedad relativa del aire entre 30% y 50% si es posible y la temperatura entre 23 y 26°C.
- Maximizar la cantidad de aire exterior que los sistemas de ventilación sean capaces de aportar. Trabajar con las unidades de tratamiento de aire al 100% de aire exterior siempre que sea posible.
- Realizar un análisis del riesgo de contaminación del aire limpio de entrada con el aire de extracción a la hora de poner en marcha los recuperadores de calor. En caso de percibir ese riesgo no poner estos equipos en funcionamiento.
- Revisar el estado general de los sistemas HVAC y prestando especial atención a fisuras que podrían contaminar aire limpio y cambios de filtros si se considera necesario (NO LIMPIAR) antes de la reocupación de las oficinas.
- Estudiar el sistema de climatización existente para determinar la conveniencia o no de poner en funcionamiento ciertos equipos como fan-coil s, UTAs etc.
- Instalar si no existen filtros de clase F9 o equivalente, para minimizar la carga microbiana en el aire de impulsión, sea exterior o reciclado.
- Mantener los sistemas de ventilación y HVAC funcionando durante más horas, si es posible 24/7 y como mínimo arrancar dos o tres horas antes de que comience la actividad en el espacio.
- Mantener la extracción de los aseos en funcionamiento 24 horas/7 días para controlar posibles infecciones vía oral-fecal.
- Considerar si es necesario utilización de los filtros de aire portátiles con filtros HEPA en zonas más sensibles
- Considerar UVGI (irradiación germicida ultravioleta), que protege a los ocupantes de la radiación, 13 particularmente en espacios de alto riesgo como salas de espera, de descanso, etc...

ADECUACION DE ESPACIOS DE TRABAJO Y ZONAS COMUNES

- Disponer en los accesos geles hidro-alcohólicos, mascarillas de protección individual, y guantes desechables, para el uso de todos los trabajadores.
- Implantar señalizaciones delimitando el espacio personal del trabajador e indicaciones claras del sentido de los flujos al moverse por la oficina de manera que se eviten interferencias al circular en sentidos opuestos.
- Reordenar configuración de puestos de trabajo para asegurar un distanciamiento mínimo de 2 metros entre ellos, rediseñando los espacios a fin de crear una configuración espaciada, lo que implica una mayor relación en metros útiles por trabajador, obligando a un replanteamiento general de forma de trabajar y horarios.
- Buscar formas de limitar el aforo como por ejemplo establecer turnos de trabajo segregados por equipos en distintas franjas de días y horarios,
- Reconfigurar salas de reunión de forma que sea fácil respetar el distanciamiento interpersonal.
- Utilizar elementos desechables de protección de mesas y sillas en puestos de trabajo no asignados, evitando objetos personales que no se retiren al final de su utilización en cada jornada con el objetivo de facilitar la limpieza.
- Cerrar en la medida de lo posible las áreas de preparación y calentamiento de alimentos, incluida la despensa de la oficina y la máquina de café
- Fijación de carteles en todas las zonas de paso y espacios de trabajo sobre el lavado correcto de manos y refuerzo de la necesidad de limpieza frecuente
- .
- Automatización del acceso digital e instalación de sensores y medidores en las áreas comunes, con controles de acceso digital y comandos por voz que reduzcan la necesidad de contacto manual en superficies.
- Minimizar el uso de teléfonos fijos de mesa
- A la hora de elegir nuevo mobiliario, seleccionar materiales menos porosos.

GESTION DE PERSONAL- Transmisión entre empleados

- Organizar un canal de comunicación informando sobre el plan de vuelta al trabajo, explicando detalladamente las nuevas rutinas a tener en cuenta y a la vez abierto a sugerencias y a preguntas de todos los implicados.
- Identificar a los colectivos más vulnerables (fumadores, obesidad, inmunodeprimidos, diabéticos, estrés agudo, etc. Y monitorizar dentro de lo posible los casos positivos
- Identificar los empleados que han tenido exposición al virus, alentándoles activamente a quedarse en casa fomentando el teletrabajo
- Integrar en la evaluación de riesgos laborales la exposición de los trabajadores según función y ubicación
- Realización de test periódicamente con el fin de que los negativos e inmunes sean los que tienen permiso de asistencia presencial
- Fomentar en la medida de lo posible el TELETRABAJO, guiándose por objetivos medibles, estimulando la productividad de forma transparente.
- Proporcione una mayor flexibilidad al trabajador, siendo esto además una poderosa herramienta de retención de talento.

- Valore la Adaptación al cambio y capacidad de liderar equipos a distancia en un entorno digital.
- Evaluar la necesidad de tipo de trabajo presencial y tareas a realizar mejor de forma individual teletrabajando.
- Evitar el exceso de reuniones y anular las reuniones presenciales numerosas.
- Introduzca entre las tareas de directivos y jefes de equipo la de la gestión del miedo.
- Realice formación acerca de procedimientos para asegurar la adecuación de los espacios dedicados al teletrabajo,

Para acabar es importante resaltar que la aplicación práctica de acciones para prevenir y proteger los trabajadores por parte de los profesionales frente al COVID-19 está en constante evolución. por ello es importante acudir a equipos multidisplinares de expertos, técnicos de referencia sobre los últimos avances en materia de las mejores prácticas de workplace más apropiados a cada actividad y de acuerdo a las recomendaciones y legislación que va apareciendo al respecto.

* Fuentes consultadas 🔍

- ASHRAE (Sociedad Estadounidense de Ingenieros de Calefacción, Refrigeración y Aire Acondicionado) https://www.ashrae.org/technical-resources/resources?fbclid=IwAR1aExGK7yQ9nex5FEXLXH4UbRYnZID3Ch3oryo1dl26NX_0SrIO04uB4Io
- Federation of European Heating, Ventilation and Air Conditioning Associations .-REHVA <https://ec.europa.eu/energy/intelligent/projects/en/partners/rehv>
- Ministerio de Sanidad - Gobierno de España <https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/presidencia/Documents/2020/GUIACENTROSTRABAJOCOV19b.pdf>
- CDS (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) <https://www.cdc.gov/>