



**MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE
PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE
BIOSEGURIDAD**

ABRIL 16 DE 2020




	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 2 de 44

TABLA DE CONTENIDO


1.	OBJETIVO	5
1.1.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	5
2.	ALCANCE	5
3.	REFERENCIAS NORMATIVAS	5
4.	DEFINICIONES	6
5.	RESPONSABILIDADES	9
6.	MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE COVID-19 Y PROTOCOLOS ESPECÍFICOS DE BIOSEGURIDAD	11
6.1.	MEDIDAS GENERALES QUE DEBEN ADOPTAR LAS LÍNEAS DE DIRECCIÓN DE TMM (GERENCIA, COORDINADORES, JEFES DE ÁREA).....	11
6.2.	MEDIDAS DE CONTROL PARA EL INGRESO DE PERSONAL A LAS INSTALACIONES (ÁREA OPERATIVA)	12
6.3.	MEDIDAS GENERALES QUE DEBEN ADOPTAR PARA ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS (OFICINAS YOPAL Y BOGOTÁ).....	14
6.3.1.	Aspectos Generales	14
6.3.2.	Distribución de la jornada y otras medidas preventivas	15
6.3.3.	Medidas de control	16
6.3.4.	Medidas de Bioseguridad.....	16
6.3.5.	Limpieza y desinfección de áreas y elementos para el personal de servicios generales áreas administrativas	17
6.3.6.	Manejo de Residuos	17
6.3.7.	Al llegar a la oficina, limpieza y desinfección de puestos de trabajo	18
6.3.8.	Recomendaciones a la hora de almuerzo	18
6.3.9.	Recomendaciones de desplazamiento desde y hacia el lugar de trabajo	19
6.3.10.	Recomendaciones para interacción con terceros.....	19
6.4.	RECOMENDACIONES GENERALES PARA TRABAJADORES AL SALIR DE LAS VIVIENDAS	20
6.5.	RECOMENDACIONES GENERALES PARA TRABAJADORES AL REGRESAR A LAS VIVIENDAS.....	20

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 3 de 44

6.6. RECOMENDACIONES GENERALES PARA TRABAJADORES QUE CONVIVEN CON UNA PERSONA DE ALTO RIESGO	21
6.7. CONTROL DE ACTIVIDADES DURANTE EL DÍA PARA EL RESPONSABLE DE SST Y/O JEFES DE ÁREA.	21
6.8. MEDIDAS DE CONTROL PARA LA SALIDA DE LAS INSTALACIONES DE TMM QUE DEBE CUMPLIR EL TRABAJADOR.....	22
6.9. PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES, PERSONAL Y TURNOS EN PLANTA	22
6.10. MEDIDAS DE CONTROL PARA EL USO DE ESPACIOS COMUNES Y MANEJO DE RESIDUOS.....	23
6.10.1. Espacios Comunes	23
6.10.2. Control en baños, vestidores y duchas.	24
6.10.3. Manejo de Residuos	24
6.10.4. Protocolo limpieza de superficies y áreas comunes.....	25
6.11. USO DE ELEMENTOS BASICOS DE BIOSEGURIDAD TAPABOCAS Y GUANTES.....	27
6.11.1. Cómo utilizar un tapabocas correctamente	27
6.11.2. ¿Debemos utilizar guantes?.....	27
6.12. MEDIDAS DE PREVENCIÓN a ADOPTAR en LOS DESPLAZAMIENTOS DE IDA, REGRESO AL LUGAR DE TRABAJO Y FUERA DE LA EMPRESA	28
6.12.1. Los trabajadores deben.....	28
6.12.2. Durante desplazamiento de regreso a casa	29
6.13. MEDIDAS GENERALES PARA EL TRABAJO EN CASA	29
6.14. MEDIDAS GENERALES PARA PERSONAL EXTRAJERO O QUE PROCEDE DE OTRO LUGAR.....	30
6.15. PROTOCOLO DE LAVADO DE MANOS.....	31
6.16. TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS.....	31
6.17. HÁBITOS SALUDABLES DURANTE EL ESTADO DE ALARMA (COVID-19).....	32
6.18. PROTOCOLO DE DISTANCIAMIENTO FÍSICO	32
6.19. PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD A APLICAR EN VEHÍCULOS	33
6.20. Protocolo de actuación ante “contactos estrechos”	34
6.21. Protocolo de actuación ante “contactos casuales” y “otros casos”	35
6.22. Protocolo de actuación ante “personal sintomático”	35

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 4 de 44

6.23. PROTOCOLO PARA PERSONAL ESPECIALMENTE SENCIBLE	36
6.23.1. En caso de tener empelados “especialmente sensibles”, ¿qué debe hacer TMM?:	36
6.24. QUE HACER EN CASO DE QUE UN TRABAJOR PRESENTE SÍNTOMAS COMPATIBLES CON COVID-19.....	37
6.25. QUÉ HACER SI HAY UN CASO SOSPECHOSO / CONFIRMADO DE COVID-19 EN TMM.	38
6.26. QUÉ HACER ANTE HAY UN CASO CONFIRMADO DE COVID-19 EN LAS INSTALACIONES DE TMM.....	41
6.27. CRONOGRAMA PREVENCION COVID 19	42
6.28. BIBLIOGRAFÍA.....	43

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 5 de 44

1. OBJETIVO

Establecer e implementar medidas de bioseguridad, de control y de carácter preventivo, conforme a los lineamientos emitidos por el ministro de trabajo frente a la declaración de emergencia sanitaria Coronavirus – COVID19 (en adelante COVID-19).

De igual forma, establecer directrices para el reinicio de labores para las actividades desarrolladas por TERMO MECHERO MORRO S.A.S E.S.P (en adelante TMM), esto con el fin de brindar las condiciones que permitan la continuidad e integridad de todas las partes interesadas (Contratistas, subcontratistas, visitantes, proveedores, la comunidad en general, entre otros).

Estas medidas están sujetas a revisión, seguimiento por las partes interesadas; así mismo a modificaciones y/o ajustes, conforme con los lineamientos impartidos por el gobierno nacional.

1.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS


- Definir actividades dirigidas a mitigar y controlar los riesgos de contagio y evitar al máximo la interacción, cercanía y aglomeración del personal.
- Hacer seguimiento a las medidas de bioseguridad implementadas en las áreas de trabajo.
- Establecer medios de capacitación/socialización e información al personal de TMM sobre los riesgos y actividades de prevención del virus COVID-19.

2. ALCANCE

Este procedimiento aplica a las actividades realizadas por personal directo, contratista, subcontratistas, visitantes, proveedores y en general el personal involucrado con TMM, que hace parte de los procesos administrativos, operativos, de soporte y nuevos proyectos, y será de obligatorio cumplimiento mientras se mantenga la declaratoria de emergencia sanitaria ocasionada por COVID-19 y hasta que las entidades competentes dicten el levantamiento de restricciones, además de asegurar con ello el cumplimiento legal.

3. REFERENCIAS NORMATIVAS

- **Reglamento Sanitarito Internacional – RSI 2005**
- **Resolución 2400 de 1979** “Por la cual se establecen algunas disposiciones sobre vivienda, higiene y seguridad en los establecimientos de trabajo”. Título V De la ropa de trabajo equipos y elementos de protección personal; artículos

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 6 de 44


- **Resolución 1016 de 1989** “Por la cual se reglamenta la organización, funcionamiento y forma de los Programas de Salud Ocupacional que deben desarrollar los patronos o empleadores en el país”. Numeral 12 del Artículo 11.
- **Decreto 1601 de 1984**
- **Circular 0017 de 24 febrero de 2020:** Lineamientos mínimos a implementar de promoción y prevención para la preparación, respuesta y atención de casos de enfermedad por COVID- 19 (Coronavirus).
- **Circular 018 de 10 de marzo de 2020:** Acciones de contención ante el COVID-19 y la prevención de enfermedades asociadas al primer pico epidemiológico de enfermedades respiratorias.
- **Circular 0021 de 2020:** Medidas de protección al empleo con ocasiones de la fase de contención de COVID-19 y de la declaración de emergencia sanitaria.
- **Circular 022 de 2020:** Fiscalización laboral rigurosa a las decisiones laborales de empleadores durante la emergencia sanitaria.
- **Resolución 0385 12 marzo de 2020:** Por la cual se declara la emergencia sanitaria por causa del COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus
- **Circular conjunta 01 de 06 de abril 2020:** Medidas sanitarias a considerar en los diferentes eslabones de la cadena logística y productiva de los sectores de Minas y Energía.
- **Circular conjunta 03 de 08 de abril 2020:** Lineamientos y acciones preventivas a adoptar frente a las infecciones por Coronavirus.
- **Resolución 407:** Por la cual se modifican los numerales 2.4 y 2.6 del artículo 2 de la Resolución 385 de 2020 -por la cual se declaró la emergencia sanitaria en todo el territorio nacional y demás lineamientos legales emitidos por entidades gubernamentales competentes.
- **Resolución 666 de 24 de abril de 2020:** Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad para mitigar controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus COVID-19

4. DEFINICIONES

- **Aislamiento por contacto:** Se refiere a las medidas para controlar el contacto directo cuando se produce en el traspaso de sangre o fluidos corporales desde un paciente hacia otro individuo susceptible, el contacto puede hacerse en piel, mucosas o lesiones, así mismo por inóculos directos a torrente sanguíneo y el indirecto: se produce cuando el huésped susceptible entra en contacto con el microorganismo infectante a través de un intermediario inanimado (ropas, fómites, superficies de la habitación) o animado (personal de salud, otro paciente) que estuvo inicialmente en contacto con ese microorganismo, en este caso se utiliza bata desechable anti fluidos o traje de polietileno, este último para alto riesgo biológico.


	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 7 de 44

- **Afectado:** Persona, equipaje, carga, contenedor, medio de transporte, mercancía, paquete postal o resto humano que está infectado o contaminado, o que es portador de fuentes de infección, plagas o contaminación, de modo tal que constituyen un riesgo para la salud pública y la sanidad animal y vegetal.
- **Aislamiento:** Separación de una persona o grupo de personas que se sabe o se cree que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación de COVID-19. El aislamiento para fines de salud pública puede ser voluntario u obligado por orden de la autoridad sanitaria.
- **Antiseptia:** Empleo de sustancias químicas para inhibir o reducir el número de microorganismos de la piel viva, las membranas mucosas o tejidos abiertos a un nivel en el cual no generen infecciones.
- **Asepsia:** Ausencia de microorganismos que pueden causar enfermedad.
- **Atención de salud:** Conjunto de servicios que se prestan al usuario en el marco de los procesos propios del aseguramiento, así como de las actividades, procedimientos e intervenciones asistenciales en las fases de promoción y prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación que se prestan a toda la población.
- **Bactericida:** Producto o procedimiento con la propiedad de eliminar bacterias en condiciones definidas
- **Biodegradabilidad:** susceptibilidad que tiene un compuesto o una sustancia química de ser descompuesta por microorganismos. Un factor importante es la velocidad con que las bacterias y/o factores naturales del medio ambiente, pueden descomponer químicamente dichos compuestos o sustancias químicas.
- **Bioseguridad:** Conjunto de medidas preventivas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo biológico que pueda llegar a afectar la salud, el medio ambiente o la vida de las personas, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de los trabajadores.
- **Contacto:** Se define como haber estado a menos de dos metros de distancia de la persona, o haber compartido un espacio cerrado durante un período prolongado de tiempo.
- **Contacto estrecho:** Es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.
- **Desinfección:** es la destrucción de microorganismos de una superficie por medio de agentes químicos o físicos.
- **Desinfectante:** es un germicida que inactiva prácticamente todos los microorganismos patógenos reconocidos, pero no necesariamente todas las

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 8 de 44

formas de vida microbiana, ejemplo esporas. Hipoclorito: Es un desinfectante que se encuentra entre los más comúnmente utilizados. Estos desinfectantes tienen un efecto rápido sobre una gran variedad de microorganismos. Son los más apropiados para la desinfección general. Como esté grupo de desinfectantes corroe los metales y produce además efectos decolorantes, es necesario enjuagar lo antes posible las superficies desinfectadas con dicho producto.

- **Detergente:** Agente sintético utilizado para el proceso de limpieza, capaz de emulsificar la grasa. Los detergentes contienen surfactantes que no se precipitan en agua dura y pueden contener enzimas (proteasas/lipasas/amilasas) y blanqueadores.
- **Hipoclorito:** Es un desinfectante que se encuentra entre los más comúnmente utilizados. Estos desinfectantes tienen un efecto rápido sobre una gran variedad de microorganismos. Son los más apropiados para la desinfección general. Como esté grupo de desinfectantes corroe los metales y produce además efectos decolorantes, es necesario enjuagar lo antes posible las superficies desinfectadas con dicho producto.
- **Limpieza:** Es la remoción de la materia orgánica e inorgánica visible (ej.: sangre, sustancias proteicas y otros residuos) presente en las superficies de los instrumentos o equipos para la salud. Es generalmente realizada con agua y detergente y debe ser iniciada inmediatamente después de la utilización de estos instrumentos o equipos.
- **Mascarilla Quirúrgica:** Elemento de protección personal para la vía respiratoria que ayuda a bloquear las gotitas más grandes de partículas, derrames, aerosoles o salpicaduras, que podrían contener microbios, virus y bacterias, para que no lleguen a la nariz o la boca.
- **Material Contaminado:** Es aquel que ha estado en contacto con microorganismos o es sospechoso de estar contaminado
- **Medio ambiente:** Entorno en el cual una organización opera, incluyendo el aire, el agua, la tierra, los recursos naturales, la flora, los seres humanos y sus interrelaciones.
- **Microorganismo:** Es cualquier organismo vivo de tamaño microscópico, incluyendo bacterias, virus, levaduras, hongos, algunas algas y protozoos.
- **Residuo Biosanitario.** Son todos aquellos elementos o instrumentos utilizados durante la ejecución de un procedimiento que tiene contacto con materia orgánica, sangre o fluidos corporales del usuario.
- **Residuos Peligrosos.** Es cualquier objeto, material, sustancia, elemento o producto que se encuentra en estado sólido o semisólido, o es un líquido o gas contenido en recipientes o depósitos, cuyo generador descarta, rechaza o entrega porque sus propiedades no permiten usarlo nuevamente en la actividad que lo generó o porque la legislación o la normatividad vigente así lo estipula.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 9 de 44

5. RESPONSABILIDADES


- **Gerente General:**
 - Asegurar la correcta implementación de las medidas de control y prevención de COVID-19, requeridas para el desarrollo seguro de las actividades de TMM.
 - Asegurar y proveer los recursos tanto materiales y humanos necesarios, para la implementación de las medidas contenidas en este documento.

- **Gerente Técnico y Gerente O&M:**
 - Apoyar y gestionar los recursos necesarios para la implementación de las medidas de control y prevención de COVID-19, requeridas para el desarrollo seguro de las actividades de TMM.
 - Acompañar en el direccionamiento e instauración de las medidas establecidas en el protocolo, con el propósito de lograr el estricto cumplimiento de las medidas de, prevención, mitigación y el control del contagio del COVID-19.


- **Recursos Humanos**
 - Brindar el apoyo necesario para el cumplimiento del presente documento.
 - Trabajar de la mano con HSE para que la aplicación de las medidas establecidas sea recibidas y aplicadas por personal de forma constructiva y participativa
 - Hacer seguimiento y acompañamiento al personal, frente a la aplicación de las medidas implementadas.

- **Coordinador HSEQ**
 - Plantear, implementar, reforzar y hacer seguimiento a cada una de las medidas de control y prevención establecidas para evitar el contagio de COVID-19.
 - Gestionar los recursos, procesos y/o elementos físicos requeridos el control de las medidas establecidas.
 - Hacer seguimiento y/o acompañamiento en la implementación de medidas de control y prevención establecidas.
 - Articular con la ARL el apoyo y/o acompañamiento que se requiera para la implementación del presente procedimiento.
 - Implementar y programar actividades de sanitización en las instalaciones de TMM.

- **Profesional de la Salud – Enfermera ARL**
 - Orientar y acompañar el desarrollo de las medidas de control y prevención establecidas.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 10 de 44


- Emitir conceptos u observaciones desde el área de la salud, que sean procedentes a los resultados y/o procesos aplicados.
- **Coordinador Social**
 - Diseñar y/o plantear estrategias de comunicación con las comunidades del área de influencia de TMM, para informar, atender y resolver inquietudes relacionadas con las medidas de control y prevención de COVID-19 adoptadas.
 - Plantear y ejecutar medidas preventivas que busquen evitar el contagio del COVID-19 de las comunidades del área de influencia.
- **Jefe Seguridad Física**
 - Informa y solicita a la empresa contratista, los protocolos de bioseguridad mínimos a requerir por el personal de control de acceso y recorredores de las instalaciones de operación (planta) y el centro de trabajo de circuito cerrado de televisión CCTV.
 - Gestiona la disponibilidad de equipos y elementos establecidos en este procedimiento para que sean provistos por la empresa de seguridad física.
 - Coordina la disponibilidad de vehículos y organiza el traslado de personal, asegurando siempre la distancia social.
 - Solicita a la empresa contratistas y revisa en sitio el protocolo de limpieza y desinfección de vehículos.
 - Validará el cumplimiento de protocolo de limpieza y desinfección de puesto de trabajo en la garita de seguridad.
 - Mantiene permanente comunicación con personal de control de acceso, para evidenciar el cumplimiento de los protocolos de ingreso personal, directo, contratistas, subcontratista y visitantes que ingresen a las instalaciones de TMM.
 - De forma permanente infirmará a Coordinador de O&M y HSE, situaciones de incumplimiento de protocolos, con el propósito de tomar los controles y medidas necesarias.
- **Trabajadores directos, contratistas, subcontratistas, proveedores y visitantes, que ingresen a las instalaciones de TMM.**
 - Obligatorio cumplimiento de los protocolos e indicaciones contenidas en el presente procedimiento.
 - Cumplir con las indicaciones establecidas en la normatividad establecidas por el gobierno nacional y relacionadas con actividades de prevención y control de COVID-19.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 11 de 44

6. MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE COVID-19 Y PROTOCOLOS ESPECÍFICOS DE BIOSEGURIDAD

6.1. MEDIDAS GENERALES QUE DEBEN ADOPTAR LAS LÍNEAS DE DIRECCIÓN DE TMM (GERENCIA, COORDINADORES, JEFES DE ÁREA)


1. Cumplir con las estrategias para empleadores y empleados dispuestas en la Circular 0017 expedida por el Ministerio del Trabajo el 24 de febrero del 2020.
2. Informar inmediatamente a través de los canales dispuestos para tal fin, en caso de que algún trabajador presente síntomas de enfermedades respiratorias.
3. Cuidar su salud y la de sus compañeros de trabajo, manteniendo las recomendaciones de limpieza y desinfección de superficies y objetos, las recomendaciones de etiqueta respiratoria y la de distancia mínima de dos metros entre personas.
4. Fomentar las políticas de lavado las manos de manera obligatoria siempre al ingreso al trabajo, por lo menos cada tres horas, antes de entrar en contacto con alimentos y antes y después de la manipulación de equipos y herramientas de trabajo, así como políticas de higiene respiratoria.
5. Promover el distanciamiento social de más de dos metros entre personas y el no presentarse al trabajo si hay síntomas respiratorios.
6. Evitar reuniones innecesarias en el trabajo, implementar que aquellas que sean necesarias, se realicen en espacios abiertos o bien ventilados, manteniendo siempre la distancia de mínimo dos metros entre las personas y realizando previa y posterior limpieza y desinfección de las superficies y objetos utilizados.
7. Asistir a las capacitaciones y acatar las medidas de prevención en COVID-19 dadas por las respectivas empresas y fomentar la asistencia de sus colaboradores
8. Informar ante la entidad competente si se llega a presentar incumplimiento de las medidas de prevención por parte de empresas
9. Comunicar las medidas de prevención de riesgos a los empleados, contratistas y personal de servicios tercerizados y generar un flujo de información de ambas vías con empleados.
10. Adoptar horarios flexibles para disminuir la interacción social de los trabajadores, tener una menor concentración del personal en los ambientes de trabajo, determinando así. el número máximo de personas por turno de acuerdo con el área disponible que garantice la distancia de 2 metros. Tener en cuenta recomendación máximo 10 personas por área.; además de reducir el riesgo por exposición asociado al uso de transporte público en horas pico o zonas de gran afluencia de personas y usar tapabocas convencional al hacer uso del dicho transporte.
11. Establecer jornadas de socialización virtual de las estrategias de prevención y demás medidas propuestas por el Ministerio de Salud y Protección Social.
12. Adecuación de instalaciones para iniciar la operación de acuerdo con los resultados de la inspección.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 12 de 44


13. Tener un plan de contención y un plan de mitigación, capacitar en torno a este y realizar simulacros.
14. Proveer material didáctico a los trabajadores, donde se promueva el adecuado lavado de manos y la desinfección de puestos de trabajo, como una de las medidas más efectivas para evitar contagio. Circular Conjunta 001 del 11 de abril de 2020. Página 5.
15. Suministrar a los trabajadores información clara y oportuna sobre las medidas preventivas y de contención del COVID-19, así como las medidas en el hogar y fuera del trabajo.
16. Comunicar y capacitar a los colaboradores de TMM en los protocolos que se aplicarán cuando se presenten casos sospechosos o confirmados de la enfermedad dentro de la empresa y si es posible, realizar simulacros.
17. Promover las reuniones virtuales y se recomienda la cancelación de viajes.
18. Aplicar la encuesta para identificar población vulnerable
19. Consolidar y mantener actualizada una base de datos de los funcionarios y demás personal que preste servicios en la compañía.
20. Garantizar que las áreas de trabajo tengan ventilación natural.
21. Asegurar la disponibilidad de los Elementos de Protección Personal (EPP)
22. Establecer canales de información para la prevención, que permitan a los colaboradores de TMM reportar cualquier sospecha de síntomas o contacto con persona diagnosticada con la enfermedad.
23. Establecer jornadas de socialización virtual de las estrategias de prevención y demás medidas propuestas por el Ministerio de Salud y Protección Social.
24. Capacitar frente a las medidas a tomar de COVID-19, impartidas por el Gobierno Nacional
25. Socializar las medidas de prevención contra el COVID-19 al personal de aseo y limpieza y a todas las empresas contratistas incluyendo transporte, alimentación y seguridad física, entre otros.
26. Garantizar el suministro diario de tapabocas y capacitar a los trabajadores en la forma de uso y retiro, así como sobre las medidas de conservación y tiempos de duración.
27. Generar un censo de los colaboradores de TMM, que incluya las siguientes variables: nombre, contacto, edad, enfermedades previas, estado de embarazo (si aplica), EPS, ARL.
28. Reforzar las medidas preventivas en el hogar para los colaboradores a partir de las indicaciones entregadas por la autoridad sanitaria.

6.2. MEDIDAS DE CONTROL PARA EL INGRESO DE PERSONAL A LAS INSTALACIONES (ÁREA OPERATIVA)

1. Al momento de ingreso a las instalaciones, se dispondrá de una persona que evalúe el estado de salud del personal a ingresar, con el propósito de identificar

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 13 de 44

- cualquier sintomatología de Covid-19, y así mitigar posibles riesgos de contagio entre los trabajadores. Además de asegurar que el personal a ingresar cumple con las condiciones de salud necesarias para evitar contagio.
2. Diligenciar encuesta preingreso y preoperacional
 3. El personal de vigilancia que realiza el proceso de apertura y registro a todas las personas que ingresan a TMM, contará de forma permanente con
 - a. tapabocas y careta facial.
 4. Se realizará toma de temperatura a todo el personal, con termómetro infrarrojo, evitando todo tipo de contacto directo con los trabajadores.
 - a. En caso de presentarse temperatura mayor o igual a 37.5 grados centígrados, esperar 15 minutos y realizar una nueva toma para confirmar.
 - b. Quien tome la temperatura debe hacer uso de tapabocas desechable y guantes.
 5. Las personas que presenten o reporten temperatura mayor o igual a 37.5°C, así como las personas que en el ingreso se detecten con sintomatología o que refieran tenerla, deben ser reportadas al Coordinador de O&M para la toma de las medidas pertinentes y la activación del protocolo de respuesta frente a un posible caso positivo de COVID-19.
 6. Al momento de ingreso a la planta toda persona, sin excepción debe tener tapabocas, debidamente puesto, sin este no se permitirá el ingreso.
 7. Durante el ingreso a la planta cada persona debe disponer de bolígrafo para el registro correspondiente, de tal forma que se evite la manipulación múltiple de bolígrafos.
 8. Se continuará con el proceso de prueba de alcohol, asegurando el uso completo de los EPP.
 9. El personal externo debe traer el EPP personal; durante la pandemia no se facilitarán cascos de visitantes ni se suministrarán carnés de visitantes, sólo se hará registro de ingreso.
 10. Durante el periodo que dure la pandemia y/o el que establezca TMM, no se hará uso de los lectores de huella para el ingreso como mecanismo de control.
 11. En portería dispondrá de alcohol o gel antibacterial.
 12. El personal externo debe traer el EPP personal; durante la pandemia no se facilitarán cascos de visitantes ni se suministrarán carnés de visitantes, sólo se hará registro de ingreso
 13. Previo al momento de firmar el libro de ingreso, los trabajadores deben aplicarse en las manos alcohol o gel antibacterial.
 14. Las inspecciones al ingreso de las instalaciones de TMM, se continuarán realizando, usando siempre los EPP establecidos evitando el contacto directo, manteniendo una distancia prudente y de forma muy rápida pero efectiva, el trabajador hará la apertura de sus elementos personales para la revisión del contenido.
 15. No se permitirá el ingreso de personal de forma masiva, máximo 10 personas,

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 14 de 44


- asegurando entre ellos una distancia mínima de 2 metros.
16. En el piso fuera de la portería se delimitará de forma informativa la distancia de los dos metros.
 17. Se continuará con el proceso de prueba de alcohol, asegurando el uso completo de los EPP.
 18. Para el ingreso de visitantes /proveedores/ contratistas, se solicitará con antelación la programación de actividades, de acuerdo como ello se programará y controlará la entrada de personal.
Este ingreso debe ser escalonado para asegurar la distancia al menos a dos metros entre cada persona, para cumplir lo anterior se demarcará en el piso la distancia mínima.
 19. Garantizar el suministro diario de tapabocas, capacitar a los trabajadores en su forma de uso y retiro, así como medidas de conservación, tiempos de duración y el desecho de este en una caneca exclusiva para este uso.
 20. Todas las medidas de control para el ingreso a la planta se aplicarán de igual manera para visitantes y contratistas
 21. Una vez el personal ingrese a las instalaciones deben pasar a su casillero y/o sitio dispuesto para dejar prendas de uso personal (Joyas, Relojes Accesorios de cualquier tipo, evitando con esto el riesgo de transmisión del virus.
 22. Visitantes y contratistas deberán llevar consigo los EPP que su actividad requiera, incluyendo overoles o ropa de trabajo; además de tapabocas nuevos y demás elementos lavados y desinfectados.
 23. La empresa garantizará que sus contratistas, cumplan con las medidas de bioseguridad específicas en este protocolo.

6.3. MEDIDAS GENERALES QUE DEBEN ADOPTAR PARA ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS (OFICINAS YOPAL Y BOGOTÁ)

Estas medidas serán las aplicadas al personal que realice actividades administrativas estrictamente necesarias para el desarrollo de la actividad económica de la empresa y que se evidencie que no pueden ser ejercidas como trabajo en casa y sólo una vez se hayan cumplido el proceso de reactivación de las actividades por parte del gobierno nacional

6.3.1. Aspectos Generales

1. Este protocolo debe ser presentado y avalado por la Alcaldía de Bogotá.
2. Realizar al personal capacitación de prevención y forma de transmisión de COVID-19.
3. Elaborar base de datos de los trabajadores directos y contratistas que preste servicios para TMM, relacionando la labor que requiere modalidad necesaria a


	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 15 de 44

ejecutar (este listado demostrará la necesidad expresa de no poder hacer trabajo en casa).

4. Relacionar otras modalidades de trabajo viables para la compañía (trabajo remoto, trabajo en casa, semipresencial).
5. Elaborar y aplicar encuesta para identificar población vulnerable.
6. Realice análisis de información del punto anterior y de acuerdo con ello, tomar la decisión para el retorno laboral.
7. Realizar una inspección de áreas de trabajo para identificar riesgos potenciales antes del retorno laboral una vez se culmine el aislamiento preventivo, en donde se:
 - a. Evalúe y asegure el cumplimiento de protocolos de control de ingreso en edificios (ascensores, limpieza y desinfección de áreas, distanciamiento social)
 - b. Medidas de prevención para usuarios de vehículo, moto, bicicletas y/o transporte público.
 - c. Modificación de las adecuaciones que sean necesarias en las instalaciones para iniciar la operación, de acuerdo con los resultados de la inspección.
 - d. Establecer el número máximo de personas por jornada laboral, de acuerdo con el área disponible, que garantice la distancia de 2 metros y una asistencia de máximo 10 personas por área.
 - e. Hay que asegurar que el área de trabajo dispone de suficiente ventilación (en lo posible natural).
 - f. Política de consumo de alimentos dentro y fuera de las instalaciones con el objetivo de evitar el contagio (Llevar almuerzo, suministrar alimentación, solicitar domicilios o salir a restaurante).
 - g. Aplicación de medidas de prevención para la atención de visitantes - (distanciamientos entre usuarios; disposición de gel antibacterial, uso de tapabocas).
 - h. Promover la realización de reuniones virtuales y se recomienda la cancelación de viajes
 - i. Aplicar el canal de notificación a autoridades competentes, ARL y EPS sobre el personal que presente sintomatología relacionada con el COVID-19 y proceder a suspender actividades del trabajador
 - j. No utilización de huelleros físicos o electrónicos de uso masivo (controles biométricos)

6.3.2. Distribución de la jornada y otras medidas preventivas

1. Una vez validada la necesidad expresa de retorno a trabajo en oficinas, se considerará mantener el trabajo en casa y la adopción de flexibilización de horarios de trabajo

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 16 de 44

2. Implementación de turnos de atención al público de acuerdo con disposiciones gubernamentales y establecidas en el protocolo.


6.3.3. Medidas de control

1. Previo (24 horas antes) a acudir a la oficina la persona debe diligenciar el formato de ingreso a la oficina y enviarlo al jefe inmediato y/o Coord. RRHH, quienes validaran la información y dan autorización de ingreso.
2. La persona al ingresar debe traer puesto el tapabocas, si no lo trae no se permitirá el ingreso.
3. Realice lavado de manos (conforme al protocolo, en el área de baños se debe disponer de jabón líquido, toallas desechables)
4. En la medida de lo posible disponga de ropa para ser usada durante los desplazamientos y ropa adicional para el ingreso de la oficina, la que se retire guárdela en bolsas plástica y de regreso a casa vuelva a utilizarla.
5. Una vez en oficina el trabajador debe diligenciar el formato de control de condiciones de salud y con este, se practicará toma de temperatura, que no debe ser superior a 37.5 °C, en caso de que este requisito no se cumpla, no se permitirá el ingreso.

6.3.4. Medidas de Bioseguridad

Los trabajadores de TMM aplicarán de manera permanente y como norma general las medidas preventivas enunciadas a continuación, las cuales han demostrado la mayor evidencia para la contención de la transmisión del virus COVID-19.

1. Lavarse las manos según protocolo con agua y jabón mínimo por 20 a 30 segundos por lo menos cada 3 horas o antes si se requiere.
2. Aplique distanciamiento social, mantenerse al menos 2 metros de distancia de otras personas y entre los puestos de trabajo, aplica para sitios de descanso, sitios de consumo de alimentos. No realizar reuniones en grupos donde no se pueda garantizar una distancia mínima de 2 metros.
3. Use tapabocas permanente; en la empresa, en transporte público, áreas de afluencia masiva donde no es posible mantener 2 metros de distancia. La colocación debe ser sobre la nariz y por debajo del mentón, usarlo lo más ajustado a la cara.
4. La cara del tapabocas de color azul (área impermeable) debe ir hacia afuera y la cara de algodón que es la que absorbe las secreciones debe ir hacia adentro. Manipular siempre por los elásticos, para retirarlo hacerlo siempre por los cauchos, no tocar la parte delantera. Se puede usar tapabocas de tela, siempre y cuando cumplan con las indicaciones del Ministerio de Salud y Protección Social, seguir siempre las recomendaciones del fabricante.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 17 de 44


5. Deseche en caneca con tapa, lávese las manos antes de colocárselo y después de retirar.
6. No deje el tapabocas sin protección encima de cualquier superficie (ej. mesas, repisas, escritorios equipos entre otros) por el riesgo de contaminarse.
7. El tapabocas se puede usar durante un día de manera continua, siempre y cuando no esté roto, sucio o húmedo, en cualquiera de esas condiciones debe retirarse, eliminarse y colocar uno nuevo

6.3.5. Limpieza y desinfección de áreas y elementos para el personal de servicios generales áreas administrativas

1. Organice y disponga del kit para limpieza y desinfección de áreas el cual incluya (escoba, trapero, paños, balde, jabón o detergente, desinfectante y/o productos de limpieza de uso doméstico).
2. Antes de iniciar el proceso de limpieza y desinfección lávese las manos y colóquese los elementos de protección personal (guantes, tapabocas, monogafas y delantal).
3. Realice limpieza (retirando polvo y suciedad) y posterior realice desinfección mínima dos (2) veces al día de; sillas, barandas, pasamanos, mesones, paredes, ventanas, picaportes, interruptores de luz, puertas, topes de puertas, paneles, botones para aperturas de puertas, muebles y todos aquellos elementos con los cuales las personas tienen contacto constante y directo.
4. Utilice desinfectantes o alcohol al 70% para la limpieza de los objetos, superficies y materiales de uso constante; así como las superficies del baño.
5. Lave con un detergente común (pisos, baños, cocinas), luego desinfecte con hipoclorito de uso doméstico, déjelo en contacto con las superficies de 5 a 10 minutos y después retire con un paño húmedo y limpio. Las superficies del baño y sanitario deben limpiarse y desinfectarse al menos una vez al día.
6. Una vez termine la limpieza y desinfección lávese las manos con agua y jabón mínimo por 20 a 30 segundos.
7. Elimine los guantes y paños en una papelería después de usarlos, si los guantes son reutilizables, antes de quitárselos lave el exterior con el mismo desinfectante limpio con que realizó la desinfección de superficies, déjelos secar en un lugar ventilado. Al finalizar el proceso báñese y cámbiese la ropa.

6.3.6. Manejo de Residuos

1. Identifique los residuos generados en el área de trabajo.
2. Informe a los colaboradores las medidas para la correcta separación de residuos.
3. Ubique contenedores y bolsas suficientes para la separación de residuos de acuerdo con el tipo de residuos.
4. Realice la recolección y almacenamiento de residuos de forma permanente.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 18 de 44


5. Realice la limpieza y desinfección de los contenedores.
6. Retire los residuos de acuerdo con las frecuencias de recolección, del servicio de aseo.

6.3.7. Al llegar a la oficina, limpieza y desinfección de puestos de trabajo

1. Evite saludar de mano, abrazos o besos, conserve el distanciamiento social de 2 metros.
2. Antes de ingresar a la oficina realice desinfección de las suelas de los zapatos (con paño que contenga líquido desinfectante o atomizador con alcohol).
3. Realice lavado con agua y jabón o desinfección de las manos con gel anti bacterial antes de ingresar, a la salida y periódicamente cada 3 horas.
4. Use tapabocas permanentemente conforme al protocolo.
5. Previo al inicio de labores de oficina y mínimo dos veces al día realice la limpieza y desinfección de sus elementos de trabajo (mouse, teclado, monitor, pad mouse, teléfono y cada uno de los implementos de oficina), utilice kit de desinfección (paños o toallas de papel, gel antibacterial o alcohol al 60 o 70%). Evite prestar elementos de trabajo.
6. Maneje la Etiqueta Respiratoria: cúbrase la nariz al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo. Absténgase de tocarse la boca, la nariz y los ojos
7. Mantenga una buena ventilación en la oficina, evite el uso de ventiladores y/o aires acondicionados.

6.3.8. Recomendaciones a la hora de almuerzo

1. Establezcan turnos y horarios de almuerzo, cumpla con los horarios para evitar aglomeraciones en la cocina y en el comedor mantenga una distancia mínima de 2 metros entre los compañeros.
 - a. Si va a calentar su comida en horno microondas, debe disponer de paños y alcohol glicerinado para asear el panel de control antes y después de su uso.
2. Antes de tomar los alimentos
 - a. Realice limpieza externa de las portacomidas, recipientes de bebidas y cubiertos
 - b. Lave las manos con agua y jabón
 - c. Retire el tapabocas
 - d. Lavar nuevamente las manos con agua y jabón.
3. Ubíquese en las mesas con una distancia mínima de 2 metros asegure siempre ésta distancia a la hora de la alimentación.
4. No comparta alimentos (bocados), importante:
 - a. No comparta cubiertos, cucharas si es necesario

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 19 de 44


- b. Después de uso, deberán lavarse con agua y jabón, y dejarlos hervir en agua durante 10 minutos.
5. Al momento de terminar de consumir los alimentos realice el lavado de los recipientes, para lo cual es importante:
 - a. Elimine en una caneca con tapa los residuos de alimentos, puede usar una servilleta.
 - b. Seque los recipientes con jabón líquido y toallas
 - c. Almacene el recipiente seco en la respectiva bolsa personal.
 - d. Recuerde que por punto de lavado de recipientes debe estar un solo trabajador
6. No prenda el aire acondicionado, mantenga las puertas siempre abiertas
7. Al finalizar el consumo de alimentos es necesario lavarse las manos con agua y jabón y utilizar un nuevo tapabocas para retomar las labores.

6.3.9. Recomendaciones de desplazamiento desde y hacia el lugar de trabajo

1. En los desplazamientos en vehículo, haga uso del tapabocas, guantes de látex, nitrilo o caucho, procurando mantener en lo posible una distancia mínima de dos metros (2 m) entre las personas.
2. Si se transporta en vehículo personal (moto, carro) mantenga limpio y desinfectado las superficies como; manubrios, manijas de puertas y ventanas, cinturones de seguridad, asientos, cascos entre otros.
3. Use ventilación natural en el carro, guarde una silla de distancia entre los ocupantes del vehículo (por ejemplo; pasajero en la parte de atrás).
4. Si se transporta en moto o bicicleta, mantenga limpio y desinfectada las superficies como; cabrilla o manubrios, frenos, silla. Adicionalmente desinfecte todos los elementos de protección como: cascos, guantes, gafas, rodilleras, llaves, chaleco entre otros. puede realizarlo con alcohol a una concentración de 70 – 90%.
5. Antes de ingresar al vehículo, subir a la moto o a la cicla, lávese las manos con abundante agua y jabón mínimo por 30 – 40 segundos. Repita el lavado de manos o desinfección al bajarse del vehículo.
6. Antes de bajarse del vehículo mantenga el tapabocas puesto para prevenir infectarse con personas externas.

6.3.10. Recomendaciones para interacción con terceros

1. Use siempre el tapabocas y guantes de látex, nitrilo o caucho.
2. Realice el protocolo de lavado de manos antes y después de atender al cliente externo.
3. Mantenga la distancia mínima de 2 metros entre las personas, reúnanse se en lugares predeterminados, siga el protocolo.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 20 de 44


4. Atienda por turnos a los proveedores y clientes para que así puedan estar en las instalaciones, asegurando siempre el distanciamiento social y evitando aglomeraciones.
5. Use elementos de oficina propios (no preste), realice desinfección de implementos como; lapicero, grapadora, saca ganchos, clips entre otros, con alcohol en concentración mayor al 60%.

6.4. RECOMENDACIONES GENERALES PARA TRABAJADORES AL SALIR DE LAS VIVIENDAS

1. Este atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos.
2. Visite solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evite conglomeraciones de personas.
3. Asigne un adulto para hacer las compras, que no pertenezca a ningún grupo de alto riesgo.
4. Restrinja las visitas a familiares y amigos si alguno presenta cuadro respiratorio.
5. No salude con besos, ni abrazos, ni de la mano.
6. Utilice tapabocas en el transporte público, supermercados, bancos, y demás sitios.
7. En casa debe usar tapabocas en caso de presentar síntomas respiratorios o si convive con personas que perteneces al grupo de riesgo de contagio.

6.5. RECOMENDACIONES GENERALES PARA TRABAJADORES AL REGRESAR A LAS VIVIENDAS

1. Retire los zapatos a la entrada y lave la suela con agua y jabón o desinfectar con solución de agua (1 litro de agua + 20 cc de hipoclorito de uso doméstico).
2. Lave las manos de acuerdo con los protocolos del Ministerio de Salud y Protección Social.
3. Evite saludar con beso, abrazo y dar la mano y buscar mantener siempre la distancia de más de dos metros entre personas.
4. Antes de tener contacto con los miembros de familia, cámbiese de ropa.
5. Mantenga separada la ropa de trabajo de las prendas personales.
6. Lave la ropa en la lavadora a más de 60 grados centígrados o a mano con jabón y agua caliente que no queme las manos, seque por completo. No reutilice ropa sin antes lavarla.
7. No sacuda las prendas de ropa antes de lavarlas para minimizar el riesgo de dispersión de virus a través del aire. Deje que se sequen completamente
8. Báñese con abundante agua y jabón.
9. Mantenga la casa ventilada, limpie y desinfecte áreas, superficies y objetos de manera regular.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 21 de 44

10. Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella utilicen tapabocas de manera constante en el hogar.


6.6. RECOMENDACIONES GENERALES PARA TRABAJADORES QUE CONVIVEN CON UNA PERSONA DE ALTO RIESGO

Si el trabajador convive con personas mayores de 60 años, o con personas con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19, (Diabetes, Enfermedad cardiovascular, Hipertensión, Accidente Cerebrovascular), VIH, Cáncer, uso de corticoides o inmunosupresores, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, mal nutrición (obesidad y desnutrición), Fumadores o con personal de servicios de salud, debe extremar medidas de precaución tales como:

1. Mantenga la distancia siempre mayor a dos metros.
2. Utiliza tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio que la persona a riesgo y al cocinar y servir la comida.
3. Aumente la ventilación del hogar, abra ventanas y puertas
4. Si es posible, asigne un baño y habitación individual para la persona considerada de alto riesgo. Si no es posible, aumente ventilación, limpieza y desinfección de superficies de todas las áreas del hogar.
5. Cumpla con las recomendaciones de lavado de manos e higiene respiratoria impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.
6. Lave y desinfecte en forma regular superficies, incluido equipos de cómputo, teléfonos entre otros.
7. Lave con regularidad fundas, sábanas, toallas etc.
8. La limpieza y desinfección debe realizarse procurando seguir los pasos: 1) retiro de polvo, 2) lavado con agua y jabón, 3) enjuague con agua limpia y 4) desinfección con productos de uso doméstico.

6.7. CONTROL DE ACTIVIDADES DURANTE EL DÍA PARA EL RESPONSABLE DE SST Y/O JEFES DE ÁREA.

1. Supervise que cada trabajador utilice sus herramientas propias o entregadas por TMM, prohibiendo el traspaso o préstamo de estas entre las personas.
2. Extremar las precauciones de limpieza de herramienta maquinaria y demás elementos de trabajo, sobre todo si las utilizan varias personas. En caso de que los elementos sean compartidos, se debe supervisar la desinfección con alcohol de manera previa y posterior a su uso.
3. Se recomienda hacer tomas de temperatura aleatoria a trabajadores por grupos.
4. Suspender toda charla presencial, que requiera la participación de más de 10 personas.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 22 de 44

5. Para charlas o reuniones con menos de 10 personas, asegurar un distanciamiento mínimo de dos metros entre los asistentes, y reforzar las medidas preventivas para enfrentar el COVID-19 y en lo posible garantizar que se hagan en espacios con ventilación natural y se realice limpieza y desinfección de todas las superficies y elementos que se utilicen, previo y posterior a la reunión.
6. Defina charlas que promuevan el lavado de manos, precauciones al toser o bostezar, el distanciamiento entre personas y el uso de tapabocas y temas de prevención de riesgos laborales.
7. Suspender cualquier reunión masiva, eventos, operativos de salud u otros en la planta y/o en la oficina.
8. La entrega de información debe ser efectuada por supervisores o jefes de área a sus equipos y/o mediante medios electrónicos.

6.8. MEDIDAS DE CONTROL PARA LA SALIDA DE LAS INSTALACIONES DE TMM QUE DEBE CUMPLIR EL TRABAJADOR


1. Lavado de manos con agua y jabón al menos durante 20 a 30 segundos.
2. Al finalizar cada jornada laboral de trabajo, se debe realizar limpieza y desinfección de áreas de trabajo y de todas las superficies, equipos y herramientas.
3. Toma de temperatura y registro en bitácora para seguimiento con controles de ingreso.
4. Poner a disposición de los trabajadores tapabocas para su uso en medios de transporte público.
5. Las inspecciones a la salida de la compañía deben hacerse sin contacto directo y el propio trabajador debe manipular sus elementos.
6. Uso de protección respiratoria para usar en medios de transporte público.
7. Los vehículos para el transporte del personal deben ser desinfectados antes del inicio de los traslados y disponer de puntos de limpieza de manos a la subida de las personas.

6.9. PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES, PERSONAL Y TURNOS EN PLANTA

Acciones para considerar en la programación de turnos.

Desarrollar un modelo de sectorización de áreas o actividades, estableciendo barreras físicas o mediante delimitación de espacio mínimo entre personas.

1. Flexibilidad en horarios de trabajo para evitar aglomeración de personas al interior de la planta, facilitando:


	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 23 de 44

- a. El distanciamiento social dentro de los puestos de trabajo.
 - b. Menor concentración de trabajadores en los ambientes de trabajo y mejor circulación del aire.
 - c. Disminuir la exposición asociada al uso de transporte público en horas pico o zonas de gran influencia.
 - d. En caso de que el transporte sea proporcionado por la empresa menos trabajadores en los vehículos (máximo 4 personas por vehículo incluido el conductor) y asegurar que las ventanas estén abiertas.
2. Mantener los turnos diurnos y nocturnos de trabajo para limitar el número de trabajadores en un mismo espacio.
 3. Establecer una programación y gestión de actividades que minimice los cruces de personal, así como tareas, áreas o labores que agrupen la fuerza de trabajo. Dividir los turnos de trabajo que aseguren que existan “back up o de respaldo” que puedan asegurar la continuidad de las labores y trabajos de la planta.
 4. Garantizar la suficiencia recursos de limpieza y desinfección para las personas, los ambientes y las herramientas en los puntos cercanos donde se desarrollan las actividades.

6.10. MEDIDAS DE CONTROL PARA EL USO DE ESPACIOS COMUNES Y MANEJO DE RESIDUOS

6.10.1. Espacios Comunes

1. Como medio de prevención, se suspenderán espacios comunes donde no se tenga control de las medidas de distanciamiento e higiene personal o aquellos que sean en lugares cerrados, con poca ventilación y que no permitan la distancia de más de dos metros entre personas. (cafetería, salas de reuniones, comedores, entre otros).
2. Se establecerán turnos de almuerzo y toma de refrigerios para evitar la concentración de personas en esos ambientes garantizando una distancia mínima de dos metros entre cada persona, en todo momento.
3. Será obligatorio la desinfección de mesas y comedores antes y después de ser utilizados.
4. Mantener distanciamiento entre mesas de comedores (dos metros) y adaptar espacios al aire libre.
5. Velar por el lavado de manos al ingreso y salida de estos espacios, además de promover el uso de utensilios exclusivamente personal.
6. Si existen personas al interior de TMM que manipulen o preparen alimentos, deben

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 24 de 44

contar con todos los protocolos de seguridad en manejo de alimentos.

7. Para el proveedor de suministro de alimentos, se debe revisar el servicio de la entrega de comida con elementos de protección necesarios y los procedimientos de lavado de utensilios, garantizando que se usen jabones o soluciones desinfectantes, con técnicas que garanticen el control de microorganismos.
8. Hay que asegurar que los trabajadores tengan utensilios de su uso individual y realicen el lavado posterior al uso, en caso contrario implementar el uso de cubiertos o vasos desechables y garantizar la correcta disposición.
9. Los trabajadores una vez que usen implementos comunes como microondas o neveras deberán realizar lavado de manos previo y desinfección de las áreas de contacto posterior.
10. Para evitar aglomeraciones, todos los casinos, sin excepción, deben distribuir todas sus jornadas (desayunos, medias nueves, almuerzo y media tarde) en los turnos que se requieran para mantener 2 metros entre persona y persona.
11. Definir medidas para consumo de agua y bebidas desde fuentes, dispensadores y/o termos, evitando que bordes de vasos y/o botellas tenga contacto directo con el dispensador.
12. Definir horarios y turnos para el trabajo, para acceder a áreas comunes como restaurantes, comedores, zonas de descanso, vistieres entre otras, de manera que siempre permanecen los mismos trabajadores.


6.10.2. Control en baños, vestidores y duchas.

Al ser un espacio de uso común de los trabajadores es necesario aplicar las siguientes medidas de control y que estas se cumplan para evitar aglomeraciones en estas zonas:

1. Asegurar la disponibilidad permanente de jabón, toallas desechables y canecas de pedal con bolsas de un único uso para disposición de residuos.
2. Limitar el ingreso a vestidores/baños/duchas a grupos de más de 10 personas, evitando que la distancia entre personas al interior del lugar sea inferior a dos metros.
3. La zona de vestidores y baños deben tener ventilación permanente.

6.10.3. Manejo de Residuos

1. Identifique los residuos generados en el área de trabajo.
2. Informe a los colaboradores las medidas para la correcta separación de residuos.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 25 de 44


3. Ubique contenedores y bolsas suficientes para la separación de residuos de acuerdo con el tipo de residuos.
4. Realice la recolección y almacenamiento de residuos de forma permanente.
5. Realice la limpieza y desinfección de los contenedores.
6. Retire los residuos de acuerdo con las frecuencias de recolección, del servicio de aseo.

6.10.4. Protocolo limpieza de superficies y áreas comunes

1. Se realizará limpieza de las superficies de trabajo removiendo la materia orgánica e inorgánica a través de fricción, con la ayuda de detergentes, enjuagando posteriormente con agua para eliminar la suciedad por arrastre.
2. Se realizará la desinfección de superficies ya limpias, con la aplicación de productos desinfectantes a través del uso de rociadores, toallas, paños de fibra o microfibra o trapeadores
3. Se priorizará la limpieza y desinfección de todas aquellas superficies que son manipuladas por los trabajadores /usuarios con alta frecuencia, como: manijas, pasamanos, taza del inodoro, llaves de agua, superficies de las mesas, escritorios, superficies de apoyo, entre otras.
4. Las superficies del baño y el inodoro serán limpiadas con materiales desechables y desinfectados diariamente con un desinfectante doméstico con productos a base de agua con hipoclorito o productos desinfectantes.
5. El personal encargado de la limpieza deberá protegerse con guantes mientras realizan las labores de limpieza e higiene. Tras efectuar la limpieza se deberán realizar higiene de manos.
6. Las propiedades desinfectantes son proporcionadas por las sustancias activas que contienen, pero no todas las sustancias son eficaces frente a todos los organismos nocivos. De hecho, el tipo de sustancia activa utilizada, la concentración en la que se encuentre en la formulación, entre otros aspectos, condicionan la eficacia del producto y sus limitaciones por condiciones ambientales o propias del trabajo donde se desea utilizar.

Antes de utilizar la solución desinfectante se deben tener en cuenta las siguientes medidas de seguridad:

7. La utilización de los productos desinfectantes se realizará conforme a las instrucciones de modo de empleo y cantidades sugeridas de la etiqueta del producto.
8. El personal que realice la aplicación de desinfectantes o productos de uso profesional debe ser capacitado y la empresa certificada para la labor.
9. Validar las concentraciones a aplicar que se indican, ya que de lo contrario puede generar una sobre exposición química generando un riesgo grave para salud por contacto directo, inhalación o ingestión.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 26 de 44

10. El uso de protección personal será obligatorio acorde a hoja de seguridad del agente desinfectante.
11. Debe disponer de la hoja de seguridad del producto a usar y asegurar la aplicación de medidas de protección y seguridad allí contenidas.
12. Se debe llevar a cabo los procesos de desinfección en ausencia de otras personas, para minimizar accidentes por contacto, inhalación o posible ingestión del agente desinfectante.

Agentes desinfectantes comunes y sus limitaciones en el uso industrial:

13. El alcohol al 70% como solución desinfectante, el producto es inflamable, se debe evitar fumar, uso de celulares, lámparas y enchufes que no sean a prueba de explosiones o el uso de cualquier elemento que pudiese generar chispa, incluso los riesgos derivados por factores del trabajo.

Agente desinfectante	Composición química	Preparación	Recomendaciones de uso
Alcohol diluido en agua al 70%	Alcohol antiséptico al 100%	Colocar 7 partes de alcohol + 3 partes de agua en un recipiente limpio o en un rociador.	Altamente inflamable y tiene que estar alejado del fuego o fuentes de chispas. Ideal para mantenerse sobre mesas de trabajo, escritorios, superficies en contacto con las manos.

El hipoclorito de sodio es vendido en una solución clara de ligero color verde-amarillento y un olor característico, como agente blanqueante de uso normalmente contiene 5-6.5% de hipoclorito de sodio, es irritante y corrosivo a los metales.


Agente desinfectante	Composición química	Preparación	Recomendaciones de uso
Solución con hipoclorito de sodio	Para limpieza general, desinfección de manos, desinfección de ropa y de áreas en general: 0.05% (500 mg/L; 500 ppm) *	Se recomienda el uso de hipoclorito de sodio al 0.1% (dilución 1:50 si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de cloro a una concentración de un 5%.	Superficies visiblemente resistentes a la oxidación. Los equipos o muebles metálicos tratados con cloro, tienden a oxidarse rápidamente en presencia de hipoclorito de sodio. .

Revisión de la etiqueta de seguridad para confirmar la concentración.

- Preparación de la solución desinfectante.



En el caso de coronavirus COVID-19 las concentraciones consideradas efectivas es a partir del 0.2%, durante 30 segundos.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 27 de 44

6.11. USO DE ELEMENTOS BASICOS DE BIOSEGURIDAD TAPABOCAS Y GUANTES

6.11.1. Cómo utilizar un tapabocas correctamente

1. Lávese las manos con agua y jabón antes de ponerte el tapabocas.
2. Revise que el tapabocas se encuentre en buen estado.
3. Revise que el tapabocas se encuentre del lado correcto.
4. Coloque el tapabocas cubriendo el rostro desde el puente de la nariz.
5. Sujete bien el tapabocas alrededor de las orejas.
6. Cubra completamente el rostro desde el puente de la nariz hasta debajo del mentón y asegúrese de no dejar espacios ni huecos.
7. Reemplace el tapaboca si se humedece.
8. No toque el tapabocas mientras lo use. Si se hace, lávese las manos inmediatamente.
9. Retire el tapaboca desde atrás hacia adelante quitándolo con las manos limpias.
10. Al finalizar lávese las manos con agua y jabón.


6.11.2. ¿Debemos utilizar guantes?

NO, cuando salimos a la calle, la limpieza adecuada y frecuente de las manos es más eficaz que el uso de guantes, porque:

1. Utilizar guantes durante mucho tiempo hace que se ensucien y puedan contaminar.
2. Se puede infectar si se toca la cara con unos guantes que estén contaminados
3. Quitarse los guantes sin contaminarse las manos no es sencillo, requiere de una técnica específica. Se recomienda el lavado de manos después del uso.

SÍ, es conveniente usar guantes desechables en el supermercado para elegir frutas y verduras.

“EL USO INCORRECTO DE LOS GUANTES PUEDE GENERAR UNA SENSACIÓN DE FALSA PROTECCIÓN Y PONER EN MAYOR RIESGO DE INFECCIÓN A QUIEN LOS LLEVA, CONTRIBUYENDO ASÍ A LA TRASMISIÓN”.


	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 28 de 44

6.12. MEDIDAS DE PREVENCIÓN A ADOPTAR EN LOS DESPLAZAMIENTOS DE VIAJES, REGRESO AL LUGAR DE TRABAJO Y FUERA DE LA EMPRESA

6.12.1. Los trabajadores deben

Personal de Oficina y operaciones durante desplazamiento al lugar de trabajo.

1. Si presenta algún síntoma reporte a su jefe inmediato antes de presentarse a laborar.
2. Mantenga una ropa y calzado exclusiva para salir, (considerar manejo en Bogotá).
3. Lleve sólo los elementos necesarios, no use aretes, anillos, pulseras, relojes que puedan contaminarse.
4. Al salir de casa, siempre utilice tapabocas, en lo posible guantes, para evitar contacto con superficies en el exterior.
5. Contemple otras alternativas de transporte para llegar las instalaciones de TMM como bicicleta, moto, a pie, etc.
6. En el transporte público manténgase por lo menos a 1 mt de distancia de otras personas.
7. Si se traslada en moto, bicicleta y/o vehículo, desinfecte con regularidad manijas, volante, palanca de cambios, hebillas del cinturón de seguridad, radio, comandos del vehículo, etc.
8. Disponga y desinfecte los elementos de seguridad, como cascos, guantes, gafas, rodilleras, entre otros
9. Recuerde la higiene respiratoria: al toser y estornudar cúbrase con el pliegue interno del codo para evitar contaminar sus manos.
10. Si usa moto o bicicleta, desinfecte manubrios, cascos, guantes, gafas de manera diaria y no lleve parrillero consigo.
11. Si tiene el cabello largo es mejor recogerlo y en lo posible cubrirlo con una gorra.
12. No salude de mano, con abrazos, ni besos a nadie.
13. Permanezca atento a indicaciones de la autoridad local respecto a restricciones de movilidad y accesos a lugares públicos
14. Visite únicamente aquellos lugares necesarios y evite las aglomeraciones de personas.
15. No aproveche la cuarentena para hacer visitas a familiares o amigos puede llevar el virus o contagiarse sin saberlo
16. Cumpla y respete los protocolos (uso tapabocas) de cada lugar que visite como bancos, supermercados, centros de servicios públicos y privados.
17. El personal de operaciones una vez salga de las instalaciones debe cumplir el protocolo de NO uso de dotación en lugares públicos.
18. Todo trabajador debe acogerse a los protocolos gubernamentales de prevención, en caso de evidenciarse el incumpliendo de esto, es causal de aplicación de

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 29 de 44


medidas administrativas de TMM, considerando que dicha falta puede poner en riesgo su integridad y la de sus compañeros de trabajo.

6.12.2. Durante desplazamiento de regreso a casa

1. Recuerde aplicar el protocolo de desinfección: Retírese la ropa y póngala en una bolsa, desinfecte la suela de los zapatos con agua y jabón y no los use para transitar en la vivienda. Deseche los tapabocas y guantes desechables que uso en el traslado.
2. Evite saludar con beso, abrazo y dar la mano, mantenga siempre la distancia mínima de dos metros entre personas hasta no cumplir las medidas de limpieza y desinfección.
3. Antes de tener contacto con los miembros de familia, cámbiese de ropa y lávese muy bien las manos, en lo posible tome una ducha con suficiente agua y jabón.
4. Desinfecte los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda. Use guantes. Por ejemplo: si compró algún elemento desinfecte el empaque; antes de colocar los productos en la nevera o despensa, deben ser lavados o desinfectados con alcohol al 70%.
5. Limpie su celular, llaves, bolso, o cualquier elemento que haya salido de la vivienda con alcohol al 70% o una solución desinfectante adecuada para el tipo de material que va a limpiar.
6. Defina un protocolo de saludo en su hogar, teniendo claro que antes de entrar en contacto se haya realizado el proceso de desinfección y limpieza de su cuerpo y ropa.
7. Mantenga separada la ropa de trabajo de las prendas personales, durante el almacenamiento como durante el lavado.
8. La ropa debe lavarse en la lavadora a más de 60 grados centígrados o a mano con agua caliente (que no queme las manos) y jabón, y dejar secar por completo. No reutilizar ropa sin antes lavarla.
9. Mantenga la casa ventilada, limpie y desinfecte áreas, superficies y objetos de manera regular.
10. Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella deben utilizar tapabocas de manera constante en el hogar.

6.13. MEDIDAS GENERALES PARA EL TRABAJO EN CASA

TMM consciente de que el trabajo desde su casa es muy importante y para efecto de facilitar esta labor establece las siguientes recomendaciones para sus colaboradores:


	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 30 de 44

1. Dentro de su casa elija un espacio el cual va a adecuar como su sitio de trabajo (sitio especial, privado y libre de distracciones).
2. Acondicione el espacio con lo indispensable para la realización de su trabajo (tenga en cuenta que sea fácil de organizar en el momento en que termine su jornada de trabajo).
3. Establezca una rutina (misma hora, arréglese como si fuera a salir a trabajar o con ropa cómoda, desayune).
4. Realice limpieza, mantenga su espacio de trabajo en buenas condiciones de orden y aseo.
5. Mantenga sus elementos de trabajo en su puesto y que sea de fácil acceso.
6. Utilice una buena iluminación en lo posible que sea luz natural, utilice la artificial sólo en caso de que sea necesario.
7. Mantenga buena ventilación natural.
8. Evite recibir luz solar directa en la pantalla del computador utilizando persianas o cortinas y así evitar fatiga visual.
9. Adopte posiciones que no perjudiquen su estructura músculo esquelética cuando esté frente al computador, tenga en cuenta lo siguiente (Línea visual que coincida con el borde superior del computador- Codos apoyados sobre la mesa de trabajo- espalda apoyada sobre el espaldar de la silla- muslos paralelos al piso- pies apoyados sobre el piso).
10. Evite realizar muchas tareas al mismo tiempo.
11. Planifique sus actividades antes de empezar a trabajar.
12. Establezca horarios de labor, de descansos y de finalización de jornada. realice un resumen de actividades pendientes por realizar y asigne fechas de entrega en acuerdo con su jefe inmediato.
13. Programe pausas activas durante la jornada – actividad física.
14. Alimentación equilibrada (Variedad de alimentos- más frutas y verduras- buena cantidad de líquidos).
15. Mantenga buena comunicación con las personas que vive para promover ambientes de tolerancia, respeto y unión familiar.
16. Terminada su jornada no olvide dejar su espacio de trabajo en orden

6.14. MEDIDAS GENERALES PARA PERSONAL EXTRAJERO O QUE PROCEDE DE OTRO LUGAR.

Una vez se tenga confirmada la asistencia de personal extranjero y/o procedente de otro lugar a las instalaciones de TMM se debe asegurar que:

1. Antes de asistir a las instalaciones la persona haya estado en auto aislamiento voluntario en casa durante 14 días.
2. Al inicio del autoaislamiento, se haga la prueba para detectar COVID-19.
3. Haga encuesta diaria de condiciones de salud

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 31 de 44


4. Aplique los protocolos asociados de:
 - a. Trabajo en casa
 - b. Lavado de manos
 - c. Distanciamiento físico
5. Una vez se asegure que el resultado de la prueba fue negativo, y cumplió con protocolo de aislamiento, un día antes del ingreso debe diligenciar el formato de preingreso
6. Estando en las instalaciones acogerse al cumplimiento de todos los protocolos de bioseguridad establecidos.

6.15. PROTOCOLO DE LAVADO DE MANOS

1. En los baños de TMM se dispone de los insumos para realizar la higiene de manos con agua limpia, jabón líquido y toallas de papel de un solo uso desechables.
2. Se dispone en área de oficinas, portería, área de comedor de alcohol glicerinado, de tal forma que quede de acceso fácil y frecuente por parte de los trabajadores.
3. TMM cuenta con baños suficientes (4) cerca de las áreas de trabajo para asegurar el lavado frecuente de manos según las recomendaciones del Ministerio de Salud y Protección Social.
4. Cuando se vaya a hacer uso de los baños es necesario garantizar el distanciamiento social con una distancia mínima de 2 metros al interior del baño.
5. Por parte de HSE se hará seguimiento y monitoreo al personal para garantizar el desarrollo de esta actividad en todos los sitios de trabajo.
6. En cada sitio de trabajo se dispondrá de avisos informativos/educativos que den claridad sobre el correcto lavado de manos como actividad prioritaria para evitar el contagio.

6.16. TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS

1. El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse cuando las manos están visiblemente sucias, antes y después de ir al baño, antes y después de comer, después de estornudar o toser, antes y después de usar tapabocas.
2. La higiene de manos con alcohol glicerinado se debe realizar cuando las
 - a. manos están visiblemente limpias.
3. El alcohol glicerinado debe tener una concentración entre 60% y el 95%.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 32 de 44

6.17. HÁBITOS SALUDABLES DURANTE EL ESTADO DE ALARMA (COVID-19)

Consuma fruta y verdura

1. En la medida de lo posible, incluya una cantidad suficiente de frutas y verduras, en su dieta diaria.
2. La fruta y la verdura, además de poder tomarse fresca, también puede congelarse, y conserva gran parte de su sabor y sus nutrientes.
3. Si no encuentra producto fresco, sustitúyalo por alternativas saludables, como los alimentos deshidratados o en conserva.

Mantenga reservas de aperitivos saludables

Para los niños en lugar de darles dulces o aperitivos salados, opte por opciones más saludables como frutos secos, queso, yogur, fruta troceada o deshidratada, huevos cocidos u otras opciones saludables disponibles.


Limite los alimentos muy procesados

1. Aunque no siempre es posible utilizar productos frescos, intente limitar la cantidad de alimentos muy procesados en sus compras.
2. Evite platos preparados, los postres y refrigerios envasados suelen tener un alto contenido de grasas saturadas, azúcares y sal.
3. Cocinar y comer en familia es una forma excelente de crear rutinas saludables, fortalecer los lazos familiares y divertirse.

6.18. PROTOCOLO DE DISTANCIAMIENTO FÍSICO

El distanciamiento físico, significa mantener un espacio entre usted y las demás personas fuera de su casa y consiste en:

1. Los trabajadores deben permanecer al menos a 2 metros de distancia de otras personas y entre los puestos de trabajo evitando contacto directo, para ello se organizará y optimizará la ubicación de los puestos de trabajo, de tal forma que se disminuya el riesgo de transmisión.
2. De forma visible, en las áreas identificadas con posible presencia de aglomeración se señalarán los 2 metros.
3. Al personal de aseo y seguridad se solicitará cumplir con la distancia de protección, para situaciones que imposibiliten la distancia mínima, de forma complementaria se debe evitar el contacto por tiempo prolongado.
4. Durante la jornada de trabajo, No se permitirá tener más de 50 personas en espacios abiertos como la planta, en espacios cerrados solo se permite un máximo de 10 personas.
5. El personal de portería apoyará para el control estricto, del personal que ingresa a las instalaciones.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 33 de 44


6. Las recomendaciones relacionadas se deben aplicar en:
 - a. Oficinas, portería, escaleras, sala de reuniones, cafetería, comedores.
 - b. Sitios de descanso
7. No se debe realizar reuniones en grupos en los que no pueda garantizar la distancia mínima de 2 metros entre cada persona.
8. Aproveche las ayudas tecnológicas con el fin de evitar aglomeraciones y evite el intercambio físico de documentos de trabajo.
9. Además de las medidas cotidianas para prevenir el COVID-19, se harán recomendaciones permanentes para mantener el distanciamiento físico tanto en el ambiente de trabajo como en todos los lugares en donde pueda tener encuentro con otras personas.

NOTA: Para garantizar el cumplimiento del protocolo se harán inspecciones en áreas de trabajo.

6.19. PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD A APLICAR EN VEHÍCULOS

TMM dando cumplimiento a los requerimientos normativos y conscientes de control y prevención que debemos aplicar para evitar la propagación del Coronavirus – COVID 19, estableció unos parámetros específicos que deben ser aplicados para los servicios directos y contratados por TMM.

1. Previo a iniciar el recorrido el conductor diariamente debe:
 - a. Realizar rutina de limpieza y desinfección con alcohol al 70%, (hay que asegurar que todas las partes vehículo entren en contacto con los pasajeros se limpien, Silla, Puertas, ventanas) esto debe repetirse en cada recorrido y debe dejar registro.
 - b. Realizar inspección preoperacional
 - c. Disponer de tapabocas, de forma permanente.
 - d. Disponer de gel antibacterial, para su uso y de los pasajeros
 - e. Realizar reporte de condiciones de salud COVID-19.
 - f. Retire accesorios decorativos de metal, plástico y/o tela (peluches o similares) que puedan ser medios de retención y transmisión de virus y bacterias.
2. Al dar inicio al recorrido
 - a. Use y exija el uso de tapabocas al ingresar al vehículo y durante todo el recorrido, si no cuenta con este, no debe permitir el ingreso.
 - b. Pregunte a los pasajeros si están en buenas condiciones de salud, si evidencia síntomas gripales, no permita el ingreso al vehículo, si durante la marcha evidencia síntomas (gripa, tos) detenga la marcha y solicite se baje el pasajero.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 34 de 44


- c. Solicite que el pasajero desinfecte sus manos con el gel dispuesto para ello.
- d. Asegure que se mantenga mínimo un metro de distancia entre los pasajeros.
- e. No debe permitir el ingreso de más de 4 personas por vehículo, incluido el pasajero.
- f. Evite conversaciones innecesarias con el conductor del vehículo.
- g. Mantenga el vehículo ventilado, es necesario dejar las ventanas abiertas, no se permite el uso de aire acondicionado.

3. Al finalizar el recorrido

- a. Realice limpieza y desinfección interna del vehículo.
- b. Deje las puertas abiertas permitiendo ventilación al vehículo.
- c. Para el uso de la mascarilla asegúrese de:
- d. Antes de ponerse una mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón
- e. Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la máscara.
- f. Asegure la mascarilla firmemente para minimizar cualquier hueco.
- g. Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón
- h. Para quitarse la mascarilla: quítesela por detrás o de los cauchos que la agarran a su cara (no toque la parte delantera de la mascarilla); deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado, y lávese las manos.

6.20. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE “CONTACTOS ESTRECHOS”.

1. Hay que asegurar que el trabajador se retirará de la actividad laboral y realizará cuarentena domiciliaria por 14 días.
2. Una vez identificado el trabajador RRHH y HSE harán vigilancia activa de los síntomas, durante el tiempo de autoaislamiento.
3. TMM (RRHH) comunicará formalmente al empleado que está en esa categoría de “CONTACTO ESTRECHO”.
4. De acuerdo con su rol y actividades en la empresa, se realizará trabajo en casa si es posible, aislado en su domicilio mientras se mantenga asintomático, durante 14 días como mínimo. Si durante este periodo, desarrolla síntomas y la situación clínica lo permite, deberá continuar con el auto aislamiento domiciliario por 14 días y contactar con los servicios de atención primaria en caso de ser necesario.
5. A los 7 días de autoaislamiento se validará la realización de una prueba. En caso de que la PCR sea negativa y se evidencie que el trabajador no es un contacto estrecho, se podría reincorporar a la actividad normal.
6. Seguir las indicaciones generales y específicas de las entidades gubernamentales y servicios de salud. Teniendo en cuenta que las recomendaciones pueden variar

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 35 de 44

de un día para otro, es necesario que estén atentos a las indicaciones publicadas por medios oficiales.

7. Una vez la persona este en proceso de autocuidado se llevará por parte de RRHH el control de ausentismo y/o trabajo en casa según aplique.


6.21. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE “CONTACTOS CASUALES” Y “OTROS CASOS”.

1. Para casos asintomáticos, se recomienda “vigilancia pasiva”. No es necesario tomar medidas específicas, pero si estar alerta por si aparecen síntomas. Se puede continuar con la actividad laboral normal.
2. Se puede mantener la actividad laboral con normalidad, siguiendo las indicaciones y limitaciones generales de las autoridades gubernamentales y de salud pública.
3. Reforzar la información acerca de medidas preventivas.
4. Limitar al mínimo imprescindible la vida social (tanto en el ámbito laboral como en el personal)
5. Valoración individualizada de cada caso en función de su entorno personal concreto.
6. Seguir las indicaciones generales y específicas de entidades gubernamentales y del Servicio de Prevención y de las autoridades sanitarias, estas recomendaciones pueden variar de un día para otro, por lo tanto, es necesario estar atento a las indicaciones que se publiquen por medios oficiales.

6.22. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE “PERSONAL SINTOMÁTICO”

Si algún empleado presenta síntomas de COVID-19 compatibles con una infección respiratoria aguda:

1. Se debe colocar un tapabocas convencional
2. Se le retirará de su actividad laboral, de ser necesario se aplicará entrega de comunicación informativa de aislamiento.
3. Se solicitará se haga valorar su estado de salud por un médico con su EPS.
4. Es importante identificar y detectar infecciones respiratorias.
5. En caso de ser posible solicitar que se le realice la prueba COVID-19, para descartar que esté contagiado.
6. En caso de que la Prueba sea negativa podrá reincorporarse a la actividad profesional.
7. Si la sintomatología no requiere atención hospitalaria, se realizará cuarentena domiciliaria (14 días).

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 36 de 44

De parte de los empleadores y empleados debe haber un diálogo transparente y se aplique el “sentido común” para resolver situaciones particulares concretas que se presenten. Siempre aplicando el PRINCIPIO DE PRUDENCIA.


Mucha precaución, pero sin miedo. Si se aplican las medidas de prevención recomendadas por las autoridades de salud podemos estar asegurados estar protegidos frente al contagio.

6.23. PROTOCOLO PARA PERSONAL ESPECIALMENTE SENCIBLE

Se deberá evaluar la presencia de personal trabajador especialmente sensible en relación con la infección de coronavirus, se establecerá la naturaleza de especial sensibilidad de la persona trabajadora, para ellos se dispone de una base de datos del personal identificado y se envía información de prevención a aplicar.

6.23.1. En caso de tener empleados “especialmente sensibles”, ¿qué debe hacer TMM?:

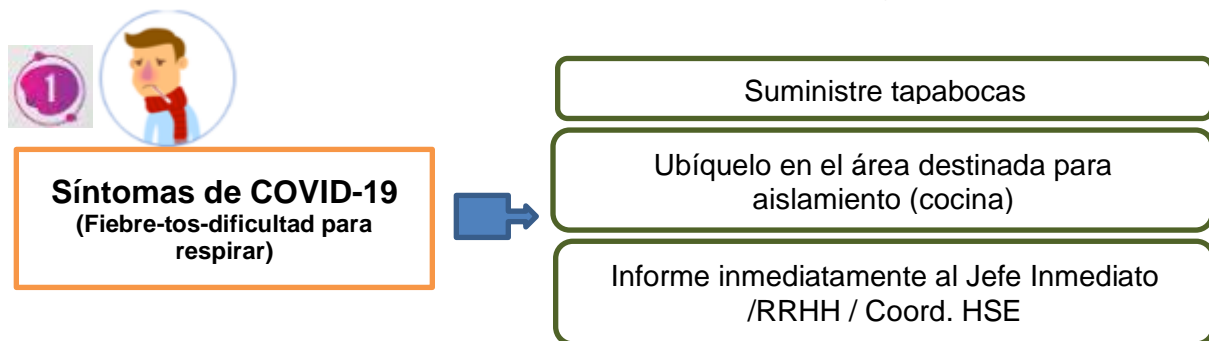
1. Establecer las medidas preventivas generales y más estrictas posibles para proteger a sus empleados frente al contagio de Coronavirus / COVID-19. Para el conjunto de sus empleados.
2. Identificar entre sus empleados aquellas personas que puedan ser consideradas como especialmente sensibles por:
 - a. diabetes.
 - b. enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión.
 - c. enfermedad hepática crónica.
 - d. enfermedad pulmonar crónica.
 - e. enfermedad renal crónica.
 - f. inmunodeficiencia.
 - g. cáncer en fase de tratamiento activo.
 - h. embarazo.
 - i. mayores de 60 años.
 - j. O que convivan con personas que cumplan alguna de las condiciones antes mencionadas
3. Aquellas personas especialmente sensibles deberán ser objeto de un plan de actuación específico y concreto para asegurar y reforzar las medidas preventivas que se le apliquen, incluso trascendiendo aquellas de ámbito general en la empresa.
4. Es prudente valorar la posibilidad de reubicar a esa persona en otro puesto de trabajo diferente, en la misma empresa, para alejarla del riesgo de contagio.

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 37 de 44

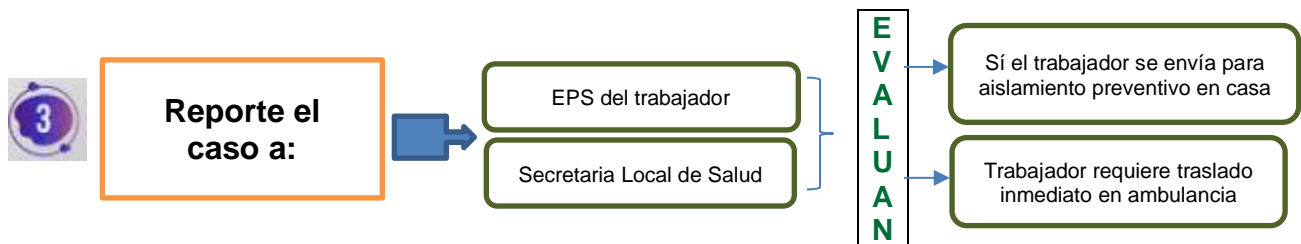
5. Esta persona deberá permanecer en su domicilio manteniendo las medidas de prevención general establecidas por las entidades de salud pública, dicha entidad, determinará hasta cuando mantener esta baja.

6.24. QUE HACER EN CASO DE QUE UN TRABAJADOR PRESENTE SÍNTOMAS COMPATIBLES CON COVID-19

Si una persona estando en las instalaciones de TMM presenta síntomas de COVID-19 como: fiebre, tos, dificultad para respirar se cumplirá con el siguiente procedimiento:



2 Indague al trabajador ha viajado a zonas consideradas como focos de infección o ha estado en **contacto estrecho (a menos de 2 metros por más de 15 minutos)** con un caso confirmado de COVID-19.



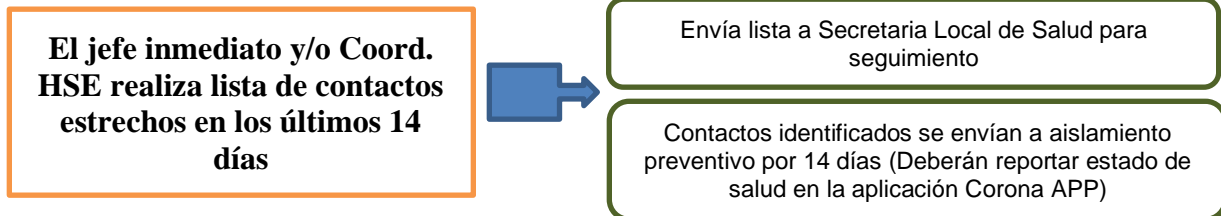
Nota: síntomas Graves (dificultad para respirar, dolor en el pecho o convulsiones) requiere manejo intrahospitalario inmediato.

Si el trabajador se encuentra en su casa: y presenta síntomas de fiebre, tos, dificultad para respirar o un cuadro gripal, debe:

- Llame a su jefe inmediato para poner en su conocimiento la situación
- El empleador como el trabajador deberán reportar el caso a la EPS y a la secretaria de salud que corresponda para que evalúen su estado.



Si el caso se determina como positivo



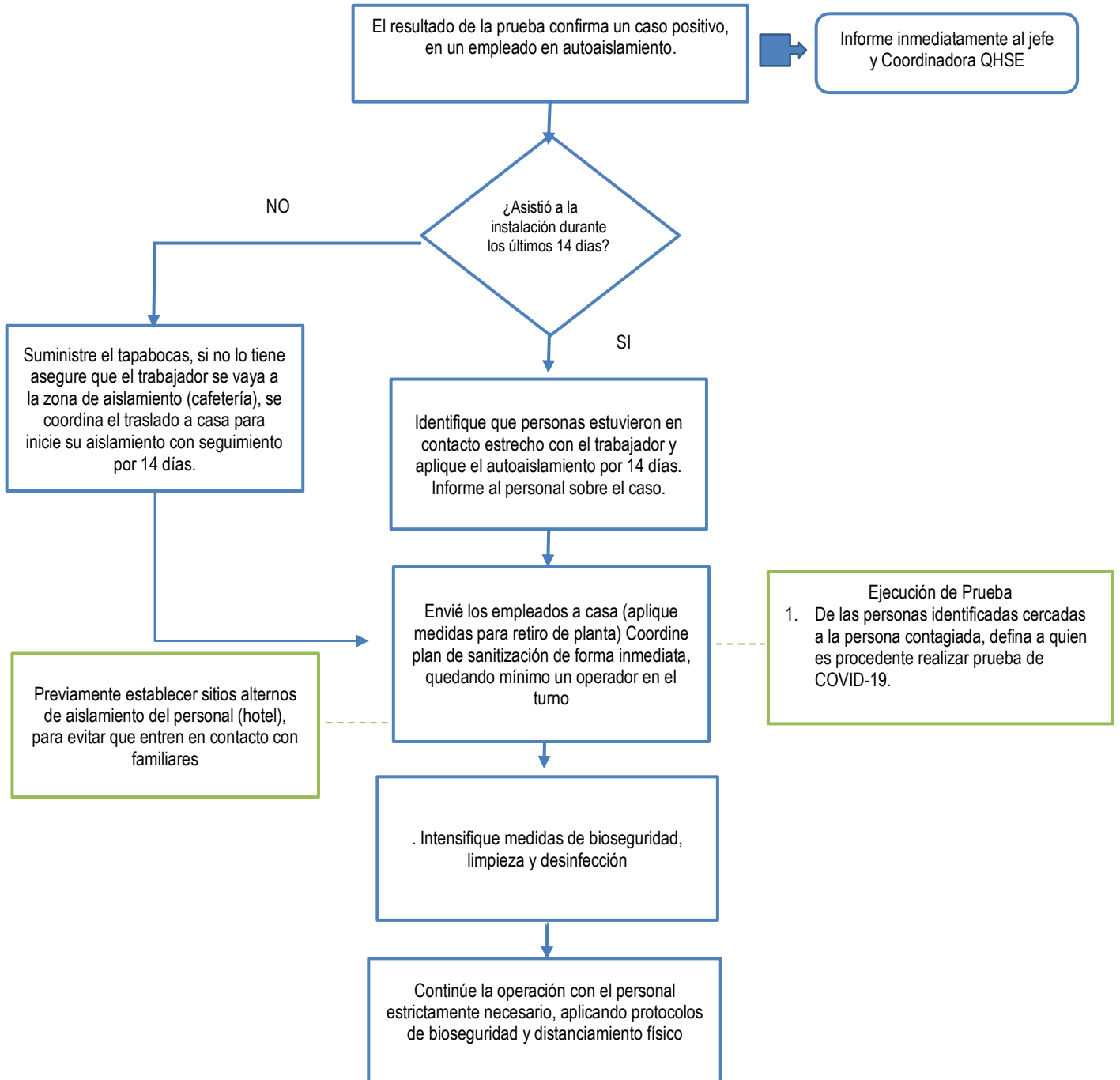
**DONDE REPORTAR UN CASO O UN POSIBLE CASO DE COVID-19
LÍNEAS TELEFÓNICAS SECRETARIAS DE SALUD – EPS**


Bogotá	
Secretaría distrital de salud de Bogotá	123
Líneas Minsalud	
Bogotá	330 50 41
Desde el celular	192
Casanare	
CRUE	321 394 53 17
Servicio de emergencia	(8) 634 55 55
HRO	038 634 46 99

6.25. QUÉ HACER SI HAY UN CASO SOSPECHOSO / CONFIRMADO DE COVID-19 EN TMM.

Si un empleado que está en autoaislamiento sospecha que está contagiado, es sometido a la prueba de COVID-19 y el resultado es positivo.

Mantenga a su comité local de emergencias GT, O&M, RRHH, HSEQ y autoridades locales, informados de todo el proceso si corresponde.



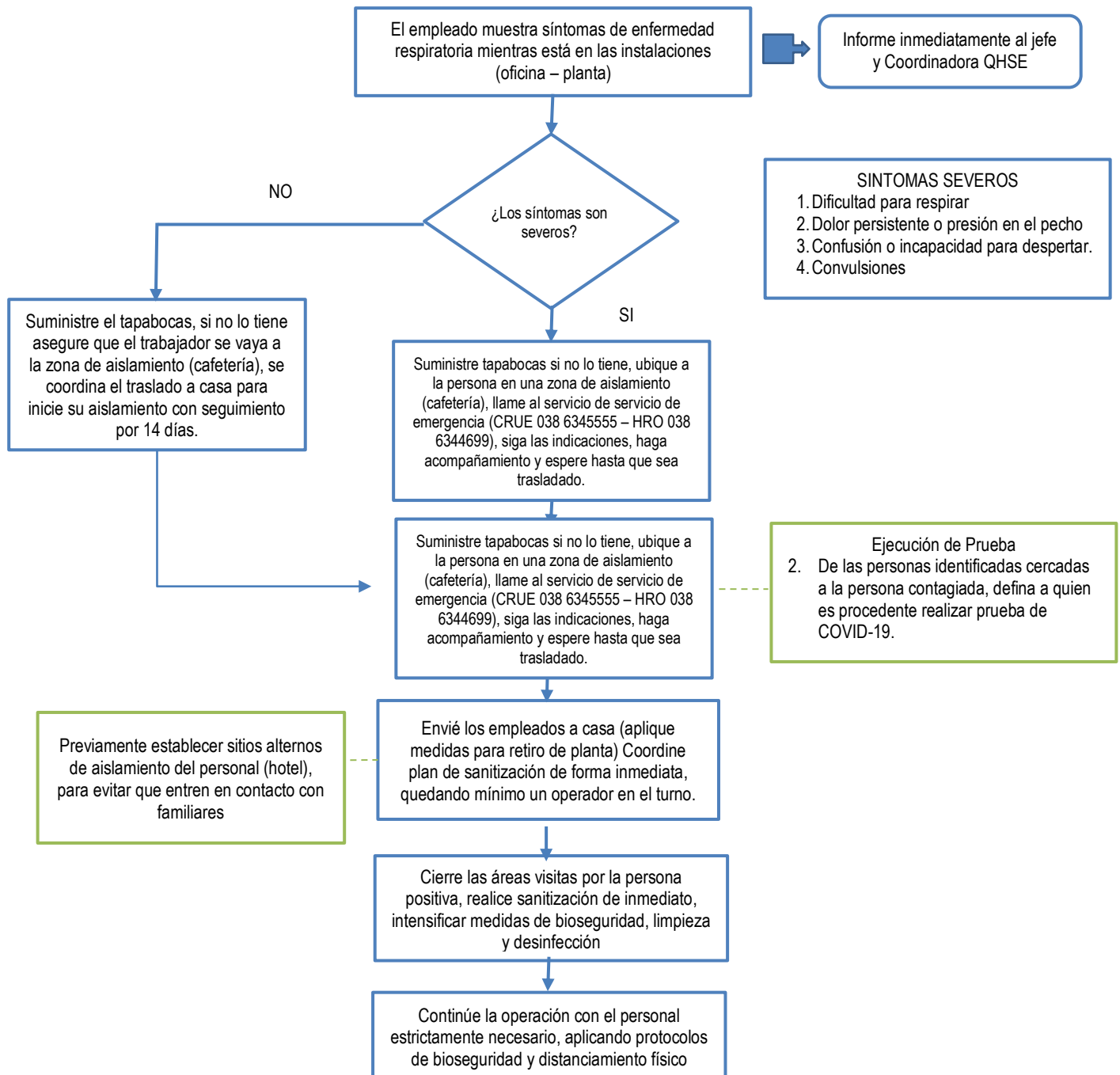
	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 40 de 44


En caso, de que la persona haya sido diagnosticada por médicos y/o autoridades de salud pública, TMM:

1. Asegurarse que el trabajador ha informado a entidades de salud pública de su enfermedad (en el caso que se hubiera diagnosticado de modo privado).
 - a. A partir de ese momento ese trabajador no podrá acceder a la empresa hasta que se lo autoricen los médicos dándole el alta.
 - b. Reforzar inmediatamente las medidas de prevención generales de TMM, especialmente la limpieza de todas las superficies metálicas y plásticas que hubiera en la empresa, sobre todo aquellas con las que el empleado infectado hubiera estado en proximidad.
2. Reforzar inmediatamente las medidas de prevención de cada trabajador en la empresa.
3. Hacer el diligenciamiento del formato digital en donde se haga un registro de todas las personas y lugares visitados dentro y fuera de la operación.
4. Determinar entre el conjunto de empleados (incluyendo subcontratas y visitas) de la empresa cuales se pueden considerar:
 - **Contactos Estrechos (definición):** Quien haya estado en el mismo lugar que un caso posible, probable o confirmado mientras el caso presentaba síntomas, a una distancia menor de 2 metros (compañero de trabajo, visitas, etc.)
 - **Persona asintomática** que haya proporcionado cuidados a un infectado, probable o posible contagiado de COVID-19.
 - Personas que hayan compartido el mismo espacio cerrado (despacho, sala, recinto deportivo, espectáculo, etc.) con una persona contagiada, probable o posible durante más de 15 minutos seguidos mientras el caso presentara síntomas.
 - Cualquier persona del ámbito sanitario/asistencial que haya proporcionado cuidados mientras el caso presentaba síntomas: trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar;
 - Convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.
 - **Contactos Casuales (Definición):** Cualquier otra persona que haya estado compartiendo espacio cerrado con un caso confirmado mientras era sintomático, pero que no cumplan con los criterios de ser “CONTACTO ESTRECHO”
 - OTROS CASOS:
5. Aquellos casos especiales, asintomáticos, cuya casuística no pueda considerarse ni “contacto estrecho” ni “contacto casual”.
6. Caso PROBABLE: Los resultados del laboratorio no son concluyentes.
7. Caso POSIBLE: Infección respiratoria aguda leve

6.26. QUÉ HACER ANTE HAY UN CASO CONFIRMADO DE COVID-19 EN LAS INSTALACIONES DE TMM.


Situación 1: Si un empleado desarrolla síntomas de COVID-19 mientras está en la instalación. Mantenga a su comité local de emergencias GT, O&M, RRHH, HSEQ y autoridades locales, informados de todo el proceso si corresponde.



	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 43 de 44

6.28. BIBLIOGRAFÍA

1. Ministerio de Salud y Protección Social, Lineamientos de bioseguridad para adaptar en los sectores diferentes a salud, abril del 2020
2. https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Covid-19_copia.aspx
3. Ministerio de Salud y Protección Social, Orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por covid-19, dirigidas a la población en general, marzo del 2020

	SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y MEDIO AMBIENTE			
	MEDIDAS GENERALES DE CONTROL Y PREVENCIÓN ANTE PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD			
	HSE-PRO-007	Versión 0	16 de abril de 2020	Página 44 de 44

HISTORIA DEL DOCUMENTO					
VERSIÓN	DESCRIPCIÓN	ELABORÓ	REVISÓ	APROBÓ	FECHA
0	Elaboración Inicial	M.CH Coord. HSE	F.B/M. D Gerente Técnico Coord. RRHH	R. O Gerente General	05/05/2020