



Servizo de Prevención
de Riscos Laborais

UNIVERSIDADE DA CORUÑA

MEDIDAS DE PREVENCIÓN E HIXIENE FRONTE Á COVID-19 PARA OS CENTROS DA UNIVERSIDADE DA CORUÑA NO CURSO 2020/21

SETEMBRO DE 2020

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. RESPONSABLES COVID-19	4
3. ESCENARIOS	4
3.1. Escenario 1: normalidade adaptada	4
3.2. Escenario 2: distanciamento	5
3.3. Escenario 3: peche de instalacións	5
4. PRINCIPIOS BÁSICOS DE PREVENCIÓN FRONTE Á COVID-19	5
4.1. Limitación dos contactos	5
4.2. Medidas de prevención persoal	7
4.3. Xestión de casos	8
4.4. Limpeza e ventilación dos centros	8
5. ADAPTACIÓN DA DOCENCIA AOS POSIBLES ESCENARIOS	9
6. MEDIDAS QUE SE APLICARÁN NOS CENTROS	10
6.1. Organización e xestión dos recursos humanos e materiais do centro	10
6.2. Medidas xerais dirixidas á protección da saúde do persoal do centro (PAS, PDI e PCP)	11
6.3. Xestión dos residuos nos centros de traballo	11
7. REFERENCIAS	12
8. ANEXOS	13
Antes de ir ao traballo	14
Desprazamentos ao traballo	14
Despois de ir ao traballo	14
Síntomas	15
Sinalización	16
a) Entrada e saída	16
b) Circulación	16
c) Atención ao público	17
d) Uso dos aseos	18
e) Uso dos ascensores	18
f) Información na entrada dos edificios	19
g) Capacidade de edificios e de espazos	19
h) Uso de xel hidroalcohólico	20
Técnica para unha correcta hixiene das mans	21
Uso correcto de máscaras e luvas	22

1. INTRODUCCIÓN

O SARS-CoV-2 transmítese a través das secrecións das persoas infectadas, principalmente por contacto directo de gotas respiratorias de máis de 5 micras (capaces de se transmitiren a distancias de ata 2 metros) e as mans, ou dos fomites contaminados con estas secrecións coa mucosa da boca, o nariz ou os ollos. O risco de propagación do SARS-CoV-2 aumenta coa maior interacción das persoas, e canto maior é o tempo de duración desta sen se toman as adecuadas medidas de prevención.

O Real decreto lei 21/2020, do 9 de xuño, de medidas urxentes de prevención, contención e coordinación para facer fronte á crise sanitaria pola COVID-19, que é a normativa vixente na data de realización deste documento, establece no seu artigo 9, respecto aos centros docentes (incluídos os universitarios), o seguinte:

En calquera caso, deberá asegurarse a adopción das medidas organizativas que resulten necesarias para evitar aglomeracións e garantir que se manteña unha distancia de seguridade de, polo menos, 1,5 metros. Cando non sexa posible manter a dita distancia de seguridade, observaranse as medidas de hixiene adecuadas para previr os riscos de contaxio.

Na Resolución do 25 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral Técnica da Consellería de Sanidade, pola que se dá publicidade do Acordo do Consello da Xunta de Galicia do 25 de xuño de 2020, polo que se introducen determinadas modificacións nas medidas de prevención previstas no Acordo do 12 de xuño de 2020, sobre medidas de prevención necesarias para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19, unha vez superada a fase III do Plan para a transición cara a unha nova normalidade, engádese entre outros un punto 1.3 no anexo para indicar que o uso de máscara será obrigatorio nestes casos:

- a) Sempre que se transite ou se estea en movemento pola vía pública e en espazos ao aire libre e, pola concorrencia doutras persoas, non se poida garantir en todo momento, atendidos o número de persoas e as dimensións do lugar, o mantemento da distancia de seguridade.
- b) Sempre que se estea en espazos pechados de uso público ou que se encontren abertos ao público e se poida concorrer no mesmo espazo con outras persoas usuarias. Exceptúanse os supostos en que se poida permanecer sentado/a se por parte da persoa titular do espazo se adoptan medidas que garantan en todo momento o mantemento da distancia de seguridade interpersoal entre as persoas usuarias.

O obxecto deste documento é axudar os/as responsables dos centros na determinación das condicións dos lugares de traballo e das medidas preventivas e de protección persoal necesarias fronte á propagación da COVID-19, para o desenvolvemento das actividades da Universidade da Coruña (UDC) de cara ao inicio do curso académico 2020/21, de acordo coas recomendacións das autoridades sanitarias no momento da súa redacción. Este documento someterase a unha revisión permanente en función da información emitida polos organismos competentes.

Por todo isto, resulta imprescindible unha planificación do curso universitario 2020/21 que inclúa un plan de continxencia para adaptarnos aos distintos escenarios que poidan acaecer, e recoller nun marco común as bases ou os criterios xerais para que os centros da UDC elaboren a súas adaptacións neste período excepcional, ata que volva ser posible a plena normalidade na actividade académica.

Este marco común, en función das características específicas de cada centro, formúlase atendendo aos seguintes principios:

- a) O respecto ao carácter presencial da docencia na UDC.
- b) A flexibilidade, necesaria para a adaptación da actividade universitaria aos diferentes escenarios, buscando fórmulas suficientemente flexibles para atender as diferenzas entre as titulacións que se imparten.
- c) A responsabilidade de todos os axentes que conforman a comunidade universitaria, tanto a nivel colectivo como a nivel individual.

2. RESPONSABLES COVID-19

A cadea de mando e a comunicación interna e externa están entre os elementos máis importantes para facer fronte a situacións de risco. Toda a comunidade universitaria debe ter clara a toma de decisións e as canles de comunicación a que se deberá atender.

O reitor, co apoio do equipo de Goberno, será o responsable de todas as actuacións tanto sanitarias como docentes que se desenvolverán na UDC. Para os temas sanitarios contará co asesoramento do Servizo de Prevención de Riscos Laborais.

Para o caso de declaración dun gromo, o Servizo de Prevención de Riscos Laborais realizará un procedemento de actuación. Este procedemento estará en continua revisión para adaptarse á situación existente e cumprir coa normativa de aplicación en cada momento. Na actualidade cumpren este cometido o documento [Boas prácticas nos centros de traballo para a prevención de contaxios da COVID-19](#) e a [Resolución reitoral sobre medidas e liñas de actuación en materia de prevención de riscos laborais fronte ao COVID-19 e a reincorporación presencial do persoal](#).

Cada centro/edificio (facultade, escola, instituto, servizo...) deberá nomear un/unha responsable COVID-19 que xestionará todas as incidencias referidas a esta materia. Recoméndase que esta figura se corresponda cos máximos responsables do centro (decano/a, director/a...), pola súa importancia, xa que servirá de canle de comunicación do centro co equipo de Goberno da UDC ante calquera trámite de urxencia que cumprise realizar por mor da COVID-19.

3. ESCENARIOS

Ao non ter nestes intres unha certeza de como evolucionará a situación, serán as autoridades sanitarias as que marquen en cada momento as medidas para adoptar.

O inicio do curso universitario 2020/21 prevé un escenario de seguridade adaptada que, segundo como se evolucione na nova normalidade, pode conducirnos a estes tres posibles escenarios:

- a) Escenario 1: NORMALIDADE ADAPTADA
- b) Escenario 2: DISTANCIAMENTO
- c) Escenario 3: PECHE DE INSTALACIÓNS

Cada escenario activarase en función das normas para previr o contaxio da COVID-19 que sexan adoptadas polas autoridades estatais ou autonómicas competentes na materia.

A definición dos escenarios posibles, tendo en conta a experiencia acumulada durante o estado de alarma e as referencias incluídas no Plan para a transición cara unha nova normalidade, serán obxecto de desenvolvemento, de conformidade coas previsións sanitarias, no momento en que se declaren.

As medidas que se dispoñan para cada escenario serán completadas en cada momento coa normativa adecuada.

3.1. Escenario 1: normalidade adaptada

Neste escenario prevese a convivencia con medidas de prevención e protección da poboación, como o uso de máscaras ou de xeles desinfectantes, as restricións na capacidade dos espazos e o mantemento de distancias de seguridade, entre outras.

Neste escenario fomentárase a prevención e os comportamentos que reduzan a propagación do SARS CoV-2, difundindo información e facilitando unha formación que permita un mellor control cando se declare, de ser o caso, unha nova crise sanitaria ou un gromo. O obxectivo destas actuacións será que a comunidade

universitaria se comprometa co cumprimento das medidas de prevención, pois da responsabilidade de cada un/unha de nós dependerá o avance cara á normalidade.

Nesta normalidade adaptada, os espazos dispoñibles de cada centro estarán organizados segundo a capacidade límite permitida en cada un, os materiais de prevención e desinfección necesarios para a actividade habitual da UDC e a sinalización axeitada dos espazos.

3.2. Escenario 2: distanciamento

Este escenario sería similar á fase III do Plan para a transición cara a unha nova normalidade, é dicir, considéranse medidas de protección activas que as persoas deben aplicar obrigatoriamente, como o distanciamento de seguridade, o uso de máscaras faciais e medidas organizativas como o control de accesos e capacidade límite ou a colocación de barreiras de separación entre as persoas, entre outras.

Neste escenario a prevención dos contaxios é clave para conter a enfermidade, polo que se inclúen como medidas as restricións no uso dos espazos, a desinfección e a limpeza reforzada e, incluso, a posibilidade do peche parcial no caso de ter coñecemento de gromos que afecten a instalacións localizadas.

3.3. Escenario 3: peche de instalacións

Esta situación considérase en termos similares á fase de hibernación que tivo lugar entre o 30 de marzo e o 9 de abril de 2020. Segundo as medidas que dispoñan as autoridades sanitarias, prevese un novo confinamento da poboación, o peche das instalacións da UDC e a determinación das funcións esenciais que deberán manterse.

4. PRINCIPIOS BÁSICOS DE PREVENCIÓN FRONTE Á COVID-19

Establécense os seguintes principios básicos de prevención fronte á COVID-19, que marcarán o establecemento das medidas para o funcionamento dos centros universitarios da UDC:

- a) Limitación dos contactos
- b) Medidas de prevención persoal
- c) Xestión de casos
- d) Limpeza e ventilación

4.1. Limitación dos contactos

De forma xeral, débese manter unha distancia de polo menos 1,5 metros entre as persoas en todos os espazos do centro universitario.

Sen prexuízo da adopción das necesarias medidas de protección colectiva e individual, os centros universitarios deberán realizar aqueles axustes na súa organización que resulten precisos para evitar o risco da coincidencia masiva de persoas nos distintos espazos con que conte.

Fomentarase a continuidade do teletraballo para aquelas actividades que non requiran necesariamente a presencialidade da persoa traballadora.

No tocante ao control e a organización dos accesos e a circulación de persoas no centro, establécense as seguintes regras xerais:

- a) Todos os edificios da UDC deberán ter no acceso información sobre a capacidade máxima do centro en función das recomendacións da Xunta de Galicia e do Ministerio de Sanidade.
- b) Ao centro poderán acceder os membros da comunidade universitaria (PAS do centro, PDI e alumnado). Tamén se permitirá o acceso de acompañantes para aquelas persoas que o necesiten.

c) Controlarase a capacidade máxima do edificio, en particular nos eventos en que estea prevista a asistencia de público, co fin de garantir a distancia interpersonal e que non se supere o número de persoas asistentes recollido na normativa vixente.

d) Recoméndase habilitar un só acceso ao edificio co fin de controlar a súa capacidade, o cumprimento da normativa e o uso dos medios de prevención/protección necesarios. Deberá estar sinalizado.

e) As entradas e saídas deben ser ordenadas e facerse mantendo a distancia interpersonal de polo menos 1,5 metros. Recoméndase graduar o acceso e a saída, tanto do edificio como dos locais, e sobre todo das aulas. Nos locais que contén con máis dunha porta de acceso, recoméndase un uso diferenciado de cada unha delas co fin de impedir os cruzamentos de persoas. Deberán estar sinalizadas.

f) A organización da circulación de persoas e a distribución de espazos deberán modificarse, cando sexa necesario, co obxectivo de garantir a posibilidade de manter a distancia interpersonal recomendada polo Ministerio de Sanidade en cada momento. Sinalizaranse as direccións de circulación no chan, e indicarse se son vías de dobre sentido ou de sentido único.

g) No caso de dispoñer de ascensor, sinalizase coa indicación de que o seu uso se limitará ao mínimo imprescindible, pois cómpre que se utilicen preferentemente as escaleiras. Cando sexa necesario utilízalos, a ocupación máxima dos ascensores será dunha persoa, salvo que sexa posible garantir a separación de polo menos 1,5 metros entre as posibles ocupantes ou naqueles casos de persoas que poidan precisar asistencia, pois quen as acompañe tamén poderá empregar o ascensor.

Para diminuír a concorrencia de persoas en todos os espazos do centro universitario seguiranse estas regras xerais:

a) Reestruturarase a disposición das aulas, os laboratorios e os espazos de paso, prácticas e titoría, así como dos espazos comúns, para garantir a distancia interpersonal de polo menos 1,5 metros recomendada e cumprir a normativa vixente.

b) Se é preciso diminuírse o número de persoas asistentes para garantir esta distancia.

c) Sempre que sexa posible, establecéranse grupos de persoas pequenos e estables.

d) Restrinxiranse as saídas e as entradas ás imprescindibles e por quendas.

e) Todos os espazos de uso común deberán contar cunha sinalización que indique a súa capacidade máxima.

Nas secretarías, os despachos administrativos e outros lugares de atención ao público, a distancia entre as persoas traballadoras e o público durante todo o proceso de atención será de polo menos 1 metro cando se conte con elementos de protección ou barreira (por exemplo, biombos ou separadores), ou de polo menos 1,5 metros sen estes elementos.

Nos espazos de uso común, débense manter as medidas de precaución referidas anteriormente, en especial as relativas ao mantemento da distancia recomendada mediante a reorganización do espazo ou a diminución do número de persoas asistentes, así como as recomendacións de limpeza, ventilación e relativas a outros aspectos que se recollen máis adiante.

Todos os aseos do centro contarán con dispensadores de xabón e papel para secar as mans, ou, no seu defecto, con xel hidroalcohólico.

Nas portas dos aseos colocaranse instrucións para o seu uso correcto, en que se indicarán estes aspectos:

a) Uso recomendado individual.

b) Indicación de en uso ou baleiro.

c) Necesidade de manter as fiestras pechadas.

d) Necesidade de, antes da descarga da cisterna, baixar a tampa para evitar a posible xeración de aerosóis que poidan conter o virus.

e) Recomendacións para o lavado das mans.

A atención presencial ao público reducirase aos servizos que sexan imprescindibles. Daráselles prioridade aos envíos por correo, as mensaxes electrónicas, o contacto telefónico e en liña, de xeito que se fomenten as xestións telemáticas.

4.2. Medidas de prevención persoal

As principais medidas de prevención persoal que deben tomarse fronte á COVID-19 e outras infeccións respiratorias son as seguintes:

a) Hixiene das mans de forma frecuente e meticulosa, durante polo menos 40 segundos, con auga e xabón, ou, no seu defecto con xel hidroalcohólico. Débese ter en conta que cando as mans teñen sucidade visible o xel hidroalcohólico non é suficiente, polo que cómpre usar auga e xabón en calquera caso primeiro. Nesta [ligazón](#) hai recomendacións sobre como facelo.

b) Etiqueta respiratoria:

- Cubrir o nariz e a boca cun pano ao tusir ou esbirrar, e desbotalo a un cubo de lixo preferentemente con tampa e pedal.
- Se non se dispón de panos, utilizar a parte interna do cóbado para non contaminar as mans.
- Evitar tocar os ollos, o nariz ou a boca, xa que as mans facilitan a transmisión.

Recoméndase o uso de [máscara hixiénica](#), a poder ser reutilizable, a todas as persoas que accedan aos centros e en todos os seus espazos, durante a permanencia no mesmos e mantendo unha distancia interpersoal de polo menos 1,5 metros, en todos os espazos, seguindo as recomendacións da autoridade sanitaria e a normativa vixente. Cómpre insistir, así mesmo, na súa [correcta utilización](#).

A recomendación anterior non será aplicable nos seguintes supostos:

- Persoas que presenten algún tipo de dificultade respiratoria que poida verse agravada polo uso de máscara.
- Persoas para as cales o uso de máscara resulte contraindicado por motivos de saúde debidamente xustificadas.
- Persoas en situación de discapacidade ou dependencia que non poidan quitar a máscara se o precisan.
- Persoas que presenten alteracións da conduta que fagan inviable a súa utilización.
- Desenvolvemento de actividades en que, pola propia natureza destas, o uso da máscara resulte incompatible.
- O uso de [luvas](#) non é recomendable de forma xeral, mais si nas tarefas de limpeza.
- O cumprimento destas medidas nos centros universitarios debe favorecerse con estratexias de educación para a saúde.

4.3. Xestión de casos

Non poderán acceder aos centros universitarios aquelas persoas con [síntomas compatibles coa COVID-19](#), aquelas ás que se lles diagnosticase a enfermidade e que non finalizasen o período de illamento requirido ou as que se encontren en período de corentena domiciliar polo seu contacto estreito con algunha outra persoa con síntomas ou diagnosticada de COVID-19.

Establecerase un procedemento de actuación para o caso de que algunha persoa do centro tivese síntomas compatibles coa COVID-19 (PAS, PDI, PCP, alumnado ou calquera persoa outra presente no centro). O dito procedemento de actuación constará dos seguintes pasos:

- a) Contactarase co número de atención sobre COVID-19 da Xunta de Galicia (900 400 116) ou urxencias do Sergas (061), co fin de trasladar a posible existencia dun caso e recibir as indicacións necesarias.
- b) No caso de percibir que a persoa que comeza a ter síntomas está nunha situación de gravidade ou ten dificultade para respirar, avisarase ao 112.
- c) Facilitaráselle a esta persoa unha máscara cirúrxica.
- d) Trasladarase esta persoa ao local habilitado para o seu illamento. Recoméndase que a dita sala conte cun cubo de lixo con tampa e pedal, amais de ventilación natural. Debe localizarse lonxe das zonas de tránsito.
- e) No traslado desta persoa ao local habilitado evitase que entre en contacto coa outra xente do centro.
- f) Recompilarase a información de toda a xente que estivese en contacto con esta persoa co fin de adoptar as medidas oportunas para limitar os posibles contaxios no caso de que se confirmarse o positivo.

4.4. Limpeza e ventilación dos centros

Cada centro disporá dun protocolo de limpeza, desinfección e ventilación que responda ás súas características e ás intensidades de uso das súas instalacións.

Respecto á limpeza, prestarase especial atención ás zonas de uso común e ás superficies de contacto máis frecuente (pasamáns, pomos de portas e portas, mesas, teléfonos, equipos informáticos...).

Realizarase ao menos unha limpeza ao día de todas as zonas de uso común, agás no caso dos aseos, que se limparán un mínimo de tres veces diarias. Os postos de traballo compartidos por máis dunha persoa limparanse e desinfectaranse tras a finalización de cada uso ou quenda.

Todos os postos compartidos ao longo dunha xornada por máis dunha persoa contarán cun kit de desinfección para o uso do persoal, co fin de fomentar que os propios usuarios manteñan desinfectados os obxectos e as superficies que empreguen.

Os deterxentes habituais son suficientes, aínda que tamén se pode considerar a incorporación de lixivia ou [outros produtos desinfectantes](#) ás rutinas de limpeza, sempre en condicións de seguridade.

Débese revisar polo menos diariamente o funcionamento dos dispensadores de xabón, xel desinfectante, papel desbotable etc., co obxecto de proceder a reparar ou substituír aqueles que presenten avarías. Recoméndase dispoñer dun rexistro destas accións. Tamén se debe vixiar o funcionamento e a limpeza dos sanitarios e as billas dos aseos.

Débese asegurar unha correcta protección do persoal encargado da limpeza. Todas as tarefas de limpeza deben realizarse con máscara e guantes dun só uso. Para as tarefas de limpeza, é recomendable empregar de guantes de vinilo/acrilonitrilo. No caso de usar guantes de látex, recoméndase facelo sobre uns guantes de algodón.

Unha vez finalizada a limpeza, e tras retirar os guantes e a máscara, é necesario que o persoal de limpeza realice unha completa hixiene das mans, con auga e xabón, de polo menos 40-60 segundos. Nesta [ligazón](#) hai recomendacións sobre como facelo.

Respecto da ventilación, recoméndase unha ventilación periódica das instalacións, como mínimo, de forma diaria e por espazo de máis de dez minutos. Recoméndase ventilar as aulas e os espazos ocupados entre as distintas quendas de clases.

Recoméndase manter a temperatura do centro entre 23 e 26º C.

É recomendable reforzar a limpeza dos filtros de aire e aumentar o nivel de ventilación dos sistemas de climatización para renovar o aire de maneira máis habitual.

5. ADAPTACIÓN DA DOCENCIA AOS POSIBLES ESCENARIOS

O plan de continxencia activarase en función das normas para previr o contaxio da COVID-19 que sexan adoptadas polas autoridades estatais ou autonómicas competentes na materia, e segundo as directrices do Goberno da UDC. No caso das ensinanza cunha alta porcentaxe de estudantado internacional, o plan de continxencia tamén poderá activarse se as restricións aos desprazamentos internacionais por motivos sanitarios impiden ou dificultan as actividades presenciais.

Para os escenarios 1 e 2 adoptarase un sistema que combine, en todo o posible, as clases presenciais, as clases en liña e as actividades formativas non presenciais para a aprendizaxe autónoma do estudantado, segundo a capacidade límite que se marque en cada escenario. Ademais, o plan de continxencia debe prever a transición a un sistema de docencia exclusivamente en liña para o caso do escenario 3, de suspensión da actividade presencial.

No sistema multimodal de docencia, dos escenarios 1 e 2, a planificación do ensino guíase de maneira preferente polos seguintes criterios:

- a) Manterase a maior porcentaxe posible de actividade presencial que permitan as restricións sanitarias.
- b) As actividades presenciais organizaranse en grupos cuxo tamaño virá determinado polas restricións establecidas polas autoridades sanitarias e a capacidade dos espazos en que se teñan que desenvolver.
- c) Priorizaranse as clases presenciais de carácter práctico ou experimental en grupos reducidos.
- d) Adaptaranse os contidos ao tipo de ensinanza (presencial ou en liña), e regularanse os horarios para lle facilitar ao estudantado a compatibilidade entre a docencia presencial e a docencia en liña.
- e) Cando as avaliacións deban realizarse de forma presencial (seminarios, exposicións, experiencias de laboratorio, probas prácticas, exames), seguiranse as mesmas recomendacións que na aula, os laboratorios, as salas de prácticas ou os espazos onde se desenvolvan (instalacións deportivas etc.) en canto ás distancias de seguridade, o número de persoas asistentes e demais recomendacións.

As reunións do profesorado realizaranse preferentemente mediante métodos non presenciais sempre que sexa posible. No caso de non ser posible, gardaranse estritamente as medidas de prevención.

A organización de congresos, encontros, reunións, conferencias e eventos realizarase segundo a lexislación vixente.

As prácticas externas curriculares manteranse nos mesmos termos que estean establecidos, de xeito presencial de ser o caso, sempre que as circunstancias o permitan e as entidades colaboradoras satisfagan as condicións sanitarias exixidas.

Nos escenarios 1 e 2 poderá reducirse o número de horas de presenza na entidade colaboradora por limitacións de capacidade.

O curso 2020/21 comezará nos centros da UDC de acordo co escenario 1, sempre buscando a maior presencialidade posible en interese da formación integral do alumnado.

O paso do escenario 1 (normalidade adaptada) ao 2 (distanciamento) ou 3 (peche das instalacións) dependerá de se detecta no centro algún caso de COVID-19 que sexa controlable ou hai casos sen control da trazabilidade da enfermidade, segundo indiquen as autoridades pertinentes.

6. MEDIDAS QUE SE APLICARÁN NOS CENTROS

Cómpre designar unha persoa responsable para os aspectos relacionados coa COVID-19, co fin de ter un canal de comunicación coa comunidade universitaria para a resolución das dúbidas que poidan xurdir sobre as medidas de prevención e a xestión dos casos que puidesen aparecer.

Cada centro debe ter un plan de continxencia que prevexa as actuacións para realizar e os mecanismos de coordinación necesarios para os posibles escenarios que poidan darse.

Nas actividades das bibliotecas e os arquivos, nas actividades culturais e deportivas, no uso das piscinas, nas cafeterías e canto ás máquinas de venda automática e reprografía dos centros, seguirase o establecido na lexislación específica. Serán os/as encargados/as destas actividades e estes equipos os responsables de adecualos e integralos no plan do centro.

En todo caso, deberase asegurar que se adoptan as medidas necesarias para garantir unha distancia interpersoal mínima de 1,5 metros, así como o debido control para evitar as aglomeracións. Cando non sexa posible manter a distancia de seguridade, observaranse as medidas de hixiene adecuadas para previr os riscos de contaxio.

Coas empresas que presten servizos nos centros ou teñan en alugamento ou cedidos espazos realizarase a coordinación de actividades empresariais no tocante á existencia da COVID-19. Deste xeito, propiciarase un intercambio de información en canto ás normas de prevención da infección similar ao que ten lugar de xeito habitual para o traballo cotián, proporcionaranse as normas existentes no centro para o control da infección e recolleranse das contratas as normas que vaian aplicar os seus propios traballadores/as.

6.1. Organización e xestión dos recursos humanos e materiais do centro

Sen prexuízo do cumprimento da normativa de prevención de riscos laborais e laboral, a dirección dos centros universitarios deberá adoptar as accións necesarias para cumprir as medidas de hixiene e prevención que protexan o persoal traballador. Neste sentido, asegurarse de que todas as persoas traballadoras teñan permanentemente á súa disposición no lugar de traballo auga e xabón, ou xeles hidroalcolicos, para a limpeza das mans, así como desinfectantes con actividade virucida autorizados e rexistrados polo Ministerio de Sanidade para a desinfección do material de uso habitual.

Cando non poida garantirse a distancia interpersoal de 1,5 metros, asegurarse de que o persoal dispoña de equipos de protección adecuados ao seu nivel de risco. Neste caso, todo o persoal deberá estar formado e informado sobre o correcto uso dos citados equipos de protección.

Os centros da UDC deberán prover o seu persoal do [equipo de protección persoal adecuado](#) para a realización das súas funcións.

Debe asegurarse a subministración de material de uso hixiénico-preventivo mentres os centros universitarios funcionen, repoñéndoo cando sexa necesario.

O centro contará con mascarar cirúrxicas para utilizar no caso de que alguén teña síntomas.

Nos accesos ao centro, os corredores das aulas e as zonas de uso común (por exemplo, os aseos), débese dispoñer de dispensadores con preparados de base alcohólica, para que poida realizarse unha limpeza das mans polo menos ao entrar e saír do centro e das aulas, e sempre que sexa preciso.

Os aseos deben dispoñer de auga, xabón e papel para secar as mans.

Cómpre manter un aprovisionamento suficiente do material de limpeza para poder acometer as tarefas de hixienización reforzada a diario, en particular, de lixivia e os produtos autorizados polo Ministerio de Sanidade para desinfectar.

Colocarase cartelaría ou sinalización naqueles lugares en que sexa necesario para o cumprimento das medidas de prevención.

O centro deberá ter información e ofrecer formación sobre as medidas de prevención para a comunidade universitaria: hixiene das mans, distancia interpersoal de polo menos 1,5 metros, uso correcto de máscara cando se precise, hixiene respiratoria, obriga de non acudir ao centro en caso de ter síntomas compatibles coa COVID-19 ou de estar en illamento ou corentena por mor da COVID-19. Pode ser de utilidade incluír esta información na documentación que se entregue ao inicio de curso e na matriculación, así como na páxina web e as redes sociais.

No caso de que algún alumno/algunha alumna pertenza á poboación vulnerable fronte á COVID-19, deberá seguir as indicacións do/a profesional sanitario/a que teña de referencia respecto ás medidas de prevención máis adecuadas, así como informar o seu titor/a súa titora desta situación co fin de que se adopten as medidas oportunas.

Débese prestar especial atención ao alumnado con diversidade funcional ou necesidades específicas de apoio educativo, xa que poden necesitar certas adaptacións, como acompañantes de apoio e medios materiais ou axudas técnicas, que se facilitarán cos criterios de prevención que se establecen neste documento.

Os/as acompañantes do alumnado con necesidades especiais deben cumprir as normas de prevención xerais e manter a distancia física aconsellable respecto ao resto de persoas.

6.2. Medidas xerais dirixidas á protección da saúde do persoal do centro (PAS, PDI e PCP)

As persoas vulnerables á COVID-19 (por exemplo, persoas con hipertensión arterial, enfermidades cardiovasculares, diabetes, enfermidades pulmonares crónicas, cancro ou inmunodepresión) poderán volver ao traballo sempre que a súa condición clínica estea controlada e o permita, caso en que manterán as medidas de protección de forma rigorosa.

En caso de dúbida, o servizo sanitario do Servizo de Prevención de Riscos Laborais da UDC deberá avaliar a existencia de persoas traballadoras especialmente sensibles á infección por SARS-CoV-2 e emitir un informe sobre as medidas de prevención, adaptación do posto e protección necesarias, seguindo o Procedemento de actuación para os servizos de prevención de riscos laborais fronte a exposición ao SARS-CoV-2 e a actualización do 17 de xuño de 2020 das instrucións aclaratorias relativas aos procesos de incapacidade temporal emitidos aos/as traballadores/as especialmente sensibles por especial vulnerabilidade fronte ao SARS-CoV-2.

Será labor do Servizo de Prevención de Riscos Laborais da UDC avaliar o risco de exposición de determinadas actividades máis alá das recollidas neste documento.

6.3. Xestión dos residuos nos centros de traballo

A xestión dos residuos ordinarios continuará realizándose da forma habitual, respectando os protocolos de separación de residuos.

Recoméndase que os panos desbotables que o persoal empregue para secar as mans ou para o cumprimento da etiqueta respiratoria sexan depositados en papeleiras ou contedores protexidos con tampa e, se é posible, accionados por pedal.

Todo material de hixiene persoal –máscaras, luvas etc.– debe depositarse na fracción resto (agrupación de residuos de orixe doméstica que se obtén unha vez efectuadas as recollidas separadas).

No caso de que un/unha traballador/a presente síntomas mentres se atope no seu posto de traballo, será preciso illar o contedor onde depositase os panos ou outros produtos que usase. Esa bolsa de lixo deberá ser extraída e colocada nunha segunda bolsa de lixo, con peche, para o seu depósito na fracción resto.

7. REFERENCIAS

Recomendacións do Ministerio de Universidades á comunidade universitaria para adaptar o curso universitario 2020/21 a unha presencialidade adaptada e medidas de actuación das Universidades ante un caso sospeitoso ou un positivo de COVID-19, e as súas modificacións.

Real decreto lei 21/2020, do 9 de xuño, de medias urxentes de prevención, contención e coordinación para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19.

Resolución do 12 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral Técnica da Consellería de Sanidade, pola que se dá publicidade do Acordo do Consello da Xunta do 12 de xuño de 2020, sobre as medidas de prevención necesarias para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19, unha vez superada a fase III do Plan para a transición cara a unha nova normalidade, e as súas modificacións.

Resolución do 25 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral Técnica da Consellería de Sanidade, pola que se dá publicidade do Acordo do Consello da Xunta de Galicia do 25 de xuño de 2020, polo que se introducen determinadas modificacións nas medidas de prevención previstas no Acordo do 12 de xuño de 2020, sobre medidas de prevención necesarias para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19, unha vez superada a fase III do Plan para a transición cara a unha nova normalidade.

ORDE do 27 de xullo de 2020 pola que se establecen medidas de prevención para facer fronte á crise sanitaria ocasionada polo COVID-19 en relación coa chegada á Comunidade Autónoma de Galicia de persoas procedentes doutros territorios.

RESOLUCIÓN do 27 de xullo de 2020, da Dirección Xeral de Saúde Pública, na que se determinan os territorios para os efectos da aplicación da obriga de comunicación prevista na Orde do 27 de xullo de 2020 pola que se establecen medidas de prevención para facer fronte á crise sanitaria ocasionada polo COVID-19, en relación coa chegada á Comunidade Autónoma de Galicia de persoal procedentes doutros territorios, e as súas modificacións.

Nota informativa da Xerencia da UDC, do 14 de xuño de 2020, sobre a nova normalidade.

Plan para a transición cara a unha nova normalidade, do 28 de abril de 2020.

Guía de boas prácticas en centros de traballo para previr os contaxios da COVID-19. Ministerio de Sanidade.

Guía de recomendacións preventivas de saúde laboral ante o coronavirus. Xunta de Galicia.

Recomendacións de protección fronte á COVID-19. Dirección Xeral de Saúde Pública. Xunta de Galicia.

Bo uso dos equipos de protección individual en persoal esencial non sanitario. Dirección Xeral de Saúde Pública. Xunta de Galicia.

Hixiene das mans. Servizo Madrileño de Saúde.

Uso adecuado dos guantes sanitarios. Departamento de Saúde. Goberno Vasco.

Plan de actuación para a reincorporación á actividade posCOVID-19. Sector de oficinas e asimilados. Quirón Prevención.

8. ANEXOS

Antes de ir ao traballo

1. Ante calquera sintomatoloxía (tose, febre ($T > 37^{\circ}$), dificultade ao respirar etc.) que poida estar asociada coa COVID-19 non debes acudir ao traballo, queda no teu domicilio e contacta co teléfono de atención sobre COVID-19 da Xunta de Galicia (900 400 116). Consulta o decálogo de actuación en caso de síntomas dispoñible nesta [ligazón](#).
2. Se estiveches en contacto estreito (conviventes, familiares e persoas que estivesen no mesmo lugar que un caso mentres este presentaba síntomas a unha distancia menor de 1,5 metros durante un tempo de polo menos 15 minutos) ou compartiches espazo sen gardar a distancia interpersoal cunha persoa afectada pola COVID-19, tampouco debes acudir ao teu posto de traballo, incluso en ausencia de síntomas, por un espazo de polo menos 14 días. Durante ese período debes realizar un seguimento por se mostras síntomas desta enfermidade.
3. Tampouco deben acudir ao traballo as persoas máis vulnerables por idade, por estaren embarazadas ou padecerem afeccións médicas (hipertensión arterial, enfermidades cardiovasculares, diabetes, enfermidades pulmonares crónicas, cancro ou inmunodepresión), ata que non sexan avaliadas polo servizo sanitario de vixilancia da saúde do Servizo de Prevención de Riscos Laborais.
4. Cando se probe que o contaxio foi provocado pola causa exclusiva da realización do traballo (art. 156 da Lei xeral da Seguridade Social, Real decreto lei 8/2015), a baixa será cualificada como accidente de traballo para todos os efectos, coa tramitación habitual desta continxencia.

Desprazamentos ao traballo

1. Sempre é mellor utilizar un medio de transporte individual. Se non é posible, será obrigatorio o uso de máscara. No transporte colectivo ou compartido precisarase o uso de máscara hixiénica e seguiranse as indicacións de mobilidade.
2. Se vas ao traballo andando, en bicicleta ou moto é necesario que leves máscara hixiénica. Garda a distancia interpersoal de 1,5 metros.
3. Deberá establecerse un protocolo de limpeza e desinfección de vehículos, tanto propios como externos, cando vaian ser utilizados por varias persoas diferentes.

Despois de ir ao traballo

Os traballadores deberán gardar as distancias e manter as medidas de prevención de contaxios e hixiene no fogar, máxime se conviven con persoas de grupos de risco.



Síntomas

Os síntomas máis comúns son febre, tose e sensación de falta de aire. A maioría dos casos presentan síntomas leves, e pode haber persoas que non presenten síntomas. Nos casos máis graves a infección pode causar pneumonía, unha dificultade importante para respirar, fallo renal e mesmo o falecemento.

Que debes saber do novo coronavirus?

Os coronavirus son virus que **circulan entre os animais**. Porén, estes virus tamén poden afectar os humanos.

O novo coronavirus identificouse na China a finais de 2019 e é unha nova cepa que **non se vira antes nos seres humanos**.

Os **síntomas** máis comúns da enfermidade provocada polo coronavirus (COVID-19) son:

- FEBRE**
- TOSE**
- SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE**

Medidas para protexernos do coronavirus

- Lavar as mans** frecuentemente.
- Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca.**
- Ao tusir, cubrir a boca cun pano desbotable** ou contra o brazo co cóbado flexionado.
- En caso de ter síntomas respiratorios, evitar o contacto próximo** con outras persoas.

SE NOS 14 DÍAS DE CHEGAR DUNHA ÁREA DE RISCO OU DE TER UN CONTACTO ESTREITO CUN CASO CONFIRMADO

ÁREAS DE RISCO

+ SÍNTOMAS

NON ACUDIR directamente ao hospital nin ao c. de saúde

PARA INFORMACIÓN E SÍNTOMAS LEVES

CHAMAR AO 900 400 116

CONTACTAR SÓ TELEFONICAMENTE CO 061 NAS EMERXENCIAS E CASOS GRAVES

Sinalización

a) Entrada e saída

Cando se dispoña de dúas ou máis portas, procurarase establecer un uso diferenciado para a entrada e a saída, co obxecto de reducir o risco de formación de aglomeracións.

Débense sinalizar as portas de entrada e saída dos centros cos seguintes sinais:



b) Circulación

A organización da circulación de persoas e a distribución de espazos deberán procurar a posibilidade de manter a distancia de seguridade interpersoal. Na medida do posible, estableceranse itinerarios para dirixir a circulación dos usuarios e evitar aglomeracións en determinadas zonas, tanto no interior como no exterior, e previr o contacto entre eles.

Cando haxa dúas ou máis escaleiras, procurarase establecer un uso diferenciado delas, co obxecto de reducir o risco de formación de aglomeracións. Sinalizaranse unhas de subida e outras de baixadas

Nas entradas dos edificios, os cruzamentos de corredores e as escaleiras deberán colocarse os seguintes sinais:



ADHESIVOS CHAN

MODELO 3



MODELO 4



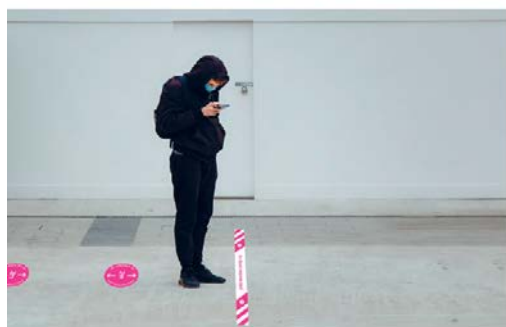
c) Atención ao público

A atención dos usuarios nos centros deberá sinalizarse para evitar aglomeracións e garantir a distancia de seguridade de 1,5 metros, segundo os modelos de adhesivos proporcionados pola UDC de sinalización por mor da COVID-19, e a colocación da información do cartel anexado abaixo.



ADHESIVOS CHAN

MODELO 1



MODELO 2



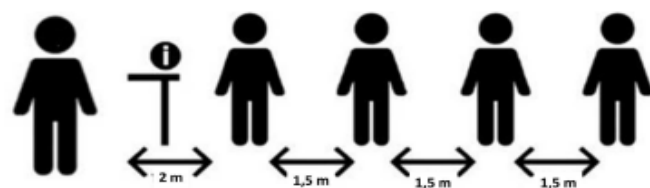
ATENCIÓN AO PÚBLICO

Campaña de información coronavirus-COVID 19

DURANTE A TÚA ESTANCIA NESTE ESPAZO:

1,5 m Mantén unha distancia mínima dun 1,5 m co resto de persoas mentres esperas a ser atendido/a

2 m Garda unha distancia prudencial de 2 m co persoal do mostrador/xanela de atención



CON CARÁCTER XERAL, LEMBRA:

	No caso de sufrires unha infección respiratoria, evita o contacto próximo con outras persoas
	Procura non tocar os ollos, o nariz nin a boca e lava as mans de xeito frecuente con auga e xabón.
	Ao tusir ou esbirar, cubre a boca e o nariz cun pano desbotables ou contra o brazo co cóbado flexionado.
061	Se notas síntomas de febre, tose ou sensación de falta de aire, contacta telefonicamente co 061.

Máis información: udc.gal/es/prl/vixilancia/coronavirus-2019-ncov

d) Uso dos aseos

Os aseos de menos de 4 m² só serán utilizados por unha soa persoa. Cando a súa superficie sexa maior de 4 m² a súa capacidade non será maior do 50% do número de cabinas ou urinarios que teñan.

Recoméndase utilizar os códigos que figuran nos seguintes carteis:



USO DOS ASEOS

PARA A **NON-PROPAGACIÓN** DO CORONAVIRUS E A COVID-19
E SEGUINDO AS RECOMENDACIÓNS DAS AUTORIDADES
COMPETENTES:



- Capacidade máxima unha persoa nos aseos.
- Sexa responsable! Baixe a tapa do inodoro ao tirar da cisterna
- Deixe o aseo máis limpo do que o atopou.
- Non abra as fiestras se o aseo ten sistema de extracción localizada.

GRAZAS POLA SÚA COLABORACIÓN
ENTRE TOD@S PARAMOS ESTE VIRUS!



USO DOS ASEOS



PECHA A PORTA AO ENTRAR
(porta pechada = aseo ocupado)

DEIXA ABERTO AO SAÍR
(porta aberta = aseo libre)

GRAZAS POLA SÚA COLABORACIÓN
ENTRE TOD@S PARAMOS ESTE VIRUS!

e) Uso dos ascensores

Colocarase o seguinte cartel na zona dos ascensores:



ASCENSORES



Non se recomenda o seu uso, só en caso necesario.

No caso de ter que usar un ascensor, o uso será individual por traxecto.



Prioridade absoluta de uso a persoas con mobilidade
reducida e embarazadas.



Preme o botón coa punta dunha chave ou doutro elemento.

Extreme as medidas de aseo.

f) Información na entrada dos edificios

Nas entradas dos edificios terase a seguinte información:

En cumprimento das
recomendacións das
autoridades sanitarias,
INDICAMOSLLE que **SE**
padece nestes intre
un cadro de tipo respiratorio,
NON ACCEDA
A ESTE CENTRO
e desde o seu domicilio,
solicite consulta co seu
Médico de Atención Primaria.

MOITAS GRAZAS.

   quironprevencion.com



 UNIVERSIDADE DA CORUÑA

 **MANTEÑA A DISTANCIA
SOCIAL**

 **USO OBRIGATORIO
DE MÁSCARA**

RESOLUCIÓN do 17 de xullo de 2020, da Secretaría Xeral Técnica de
Consellería de Sanidade ... (DOIS núm. 143 18/07/2020)

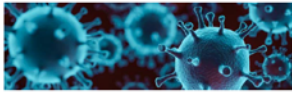
GRAZAS POLA SÚA COLABORACIÓN
ENTRE TOD@S PARAMOS ESTE VIRUS!

g) Capacidade de edificios e de espazos

Nos establecementos, as instalacións e os locais deberá exporse ao público a súa capacidade máxima, que ten que incluír os propios traballadores. Así mesmo, será necesario asegurar que a dita capacidade e a distancia de seguridade interpersonal se respectan no seu interior, polo que se deberán establecer procedementos que permitan o recuento de persoas e o control da capacidade, de forma que esta non sexa superada en ningún momento.

CAPACIDADE DO EDIFICIO

 UNIVERSIDADE DA CORUÑA



CAPACIDADE DO EDIFICIO

PARA A **NON PROPAGACIÓN** DA COVID-19 E SEGUINDO AS
RECOMENDACIÓNS DAS AUTORIDADES COMPETENTES A
CAPACIDADE DESTE EDIFICIO É:

CAPACIDADE NORMAL PERSOAS

CAPACIDADE COVID PERSOAS

GRAZAS POLA SÚA COLABORACIÓN
ENTRE TODOS PARAMOS ESTE VIRUS!

CAPACIDADE DE LOCAIS (AULAS, ASEOS, SALAS DE REUNIÓN, BIBLIOTECAS, CAFETARÍAS...)



CAPACIDADE LIMITADA

PARA A **NON-PROPAGACIÓN** DO CORONAVIRUS E A COVID-19, E
SEGUINDO AS RECOMENDACIÓNS DAS AUTORIDADES
COMPETENTES, A **CAPACIDADE MÁXIMA** DESTE ESPAZO É:

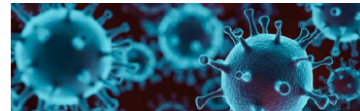


PERSOAS

GRAZAS POLA SÚA COLABORACIÓN
ENTRE TOD@S PARAMOS ESTE VIRUS!

h) Uso de xel hidroalcólico

Colocaranse carteis sobre o uso do xel hidroalcólico nos dispensadores existentes, con esta información:



XEL HIDROALCÓLICO



PARA A **NON-PROPAGACIÓN**
DO CORONAVIRUS E A COVID-19,
TEN AQUÍ A SÚA DISPOSICIÓN
XEL HIDROALCÓLICO PARA QUE
POIDA USALO DE XEITO
COMPLEMENTARIO AO LAVADO
FRECUENTE DAS MANS.

GRAZAS POLA SÚA COLABORACIÓN
ENTRE TOD@S PARAMOS ESTE VIRUS!



Técnica para unha correcta hixiene das mans

Técnica para unha correcta hixiene de mans



Uso correcto de máscaras e luvas

O uso inadecuado das máscaras pode contribuír a un desabastecemento naquelas situacións nas que estean indicadas, e crea unha falsa sensación de seguridade que pode facer que se descoiden outras medidas esenciais, como a hixiene das mans.

O manexo correcto da máscara, cando é necesaria, é o seguinte:

- Antes de poñer a máscara, lave ou desinfecte as mans.
- Axuste a máscara para que non haxa espazos entre a súa cara e a máscara.
- EVITE TOCAR a máscara mentres a usa e, se o fai, lave ou desinfecte as mans.
- Cambie a máscara cando estea húmida, e non reutilice as de un só uso.
- Quite a máscara por detrás, NON toque a parte de diante, desbótea nun recipiente pechado e lave as mans.

Como usar correctamente as máscaras e as luvas

Para colocar os guantes e a máscara hai que seguir estes pasos na orde que se indica e lavar sempre as mans antes de poñelos e cando se retiren:

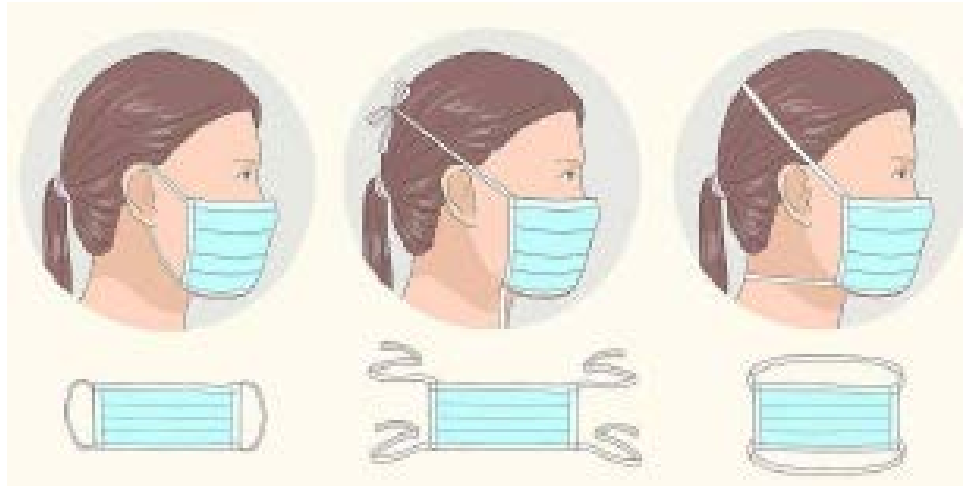
1. Lavar as mans.
2. Poñer as luvas.
3. Poñer a máscara.

Como poñer unha máscara

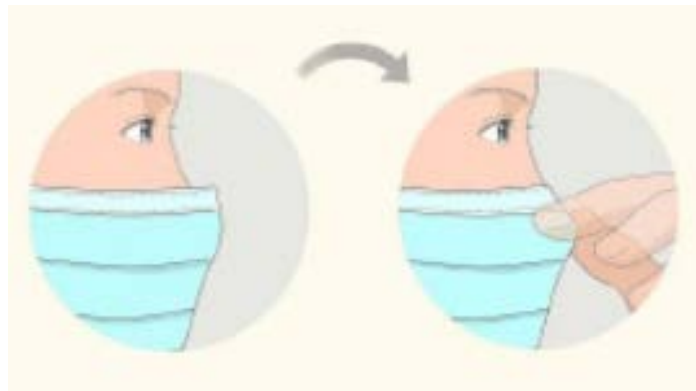
MASCARA CIRÚRXICA

Asegúrate de que o lado correcto queda contra a túa cara. Habitualmente é de cor branca.

Coloca ben as bandas, segundo o modelo: ben por detrás das orellas ou ben a banda superior pola parte da cabeza e a inferior pola parte de atrás do pescozo.



Asegúrate de que cobre a boca e o nariz e de que non hai espazos entre a túa cara e a máscara.



Cambia de máscara cirúrxica tan pronto como estea húmida e non reutilices as máscaras dun só uso.

Evita tocar a máscara mentres a usas. Se o fas, lava as mans cun desinfectante a base de alcohol ou con auga e xabón.

Para retirala, faino por detrás, collendo as bandas con coidado. NON toques a parte dianteira.

Finalmente, volve lavar as mans.



Como poñer unha máscara

MASCARA FFP2 SEN VÁLVULA DE EXHALACIÓN



Coloca a máscara na palma da súa man coa parte que se coloca sobre o nariz tocando os dedos.



Agarra a máscara na palma da man, deixando que as bandas colguen sobre a man. Sostén a máscara debaixo do queixo coa parte que se coloca sobre o nariz mirando cara arriba.



A banda superior da máscara colócase sobre a testa, descansando na área superior da parte de atrás da testa. A banda inferior colócase ao redor do colo e debaixo das orellas. Non cruce as bandas unha sobre outra.



Coloca as puntas dos dedos de ambas mans na parte superior que cubra o nariz. Desliza cara abaixo a punta dos dedos por ambos lados da zona superior que cubre o nariz (con gancho de metal ou sen el) para pegala á cara.

Como quitar correctamente as luvas e a máscara

1. Retirar as luvas



Beliscar polo exterior da primeira luva



Retirar sen tocar a parte interior da luva



Retirar a luva na súa totalidade



Recoller a luva coa outra man



Retirar a segunda luva inserindo os dedos por debaixo do pulso na man que aínda ten posta a luva



Tirar da luva ata que saia do revés, sen tocar a súa parte exterior



Botar as dúas luvas á bolsa da papeleira

2. Lavar as mans

3. Retirar a máscara e tirala adecuadamente (nunha bolsa que se pechará ben)



Non toques a parte dianteira da máscara!
Pode estar contaminada!



Quita a máscara retirando primeiro a banda inferior sobre a parte de atrás da testa sen tocar a máscara e facendo o mesmo coa banda superior.



Desbota a máscara na bolsa dos refugallos.
Lava as mans!

4. Lavar as mans