

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

MARC D'ELABORACIÓ I GOVERNANÇA DEL PLA

La situació actual suposa un repte a nivell organitzatiu per les empreses i requereix de responsabilitat i col·laboració per part dels treballadors.

Per això el present document, elaborat pel servei de prevenció de riscos laborals a data 07/05/2020 i actualitzat a data 18/05/2020 amb algunes de les aportacions fetes durant la consulta als respectius comitès de seguretat i salut de les empreses TB, S.A. i FMB, S.A, es configura com un document tècnic que haurà de servir de referència pel conjunt d'accions a desenvolupar per cada Àrea amb els seus propis plans sectorials durant aquest període de pandèmia.

L'elaboració del present Pla, mitjançant la interacció entre els diferents intervinents pretén garantir la visió de conjunt necessària per liderar aquesta crisi i la seva actualització i vigència estarà en permanent revisió en base a les normes que puguin anar actualitzant les diferents Autoritats i Administracions.

OBJECTIU:

Definir els criteris de referència necessaris per poder concretar el conjunt d'accions per aquesta fase de desconfinament gradual i de nova normalitat que caldran desenvolupar en els diferents àmbits per tal de protegir la salut i seguretat del personal.

ÀMBITS

1. Sistema de vigilància identificació i seguiment casos i contactes
2. Mesures de protecció individual
3. Mesures de protecció col·lectiva amb intervenció en els espais físics de treball
4. Pla de retorn de les persones més vulnerables a Covid-19
5. Diagnòstic serològic
6. Sistema sanitari
7. Personal extern
8. Mesures informatives

1. AMBIT SISTEMA DE VIGILÀNCIA, IDENTIFICACIÓ I SEGUIMENT DE CASOS I CONTACTES

Les accions principals en l'àmbit del sistema de vigilància són:

- La **identificació i aïllament de casos** amb la realització de proves de confirmació microbiològica a tota persona que, iniciada la seva jornada laboral o posteriorment, manifesta indisposició amb simptomatologia compatible amb Covid-19.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

La persona en el primer supòsit, ho comunicarà a la prefectura i es retirarà al seu domicili per iniciar l'aïllament preventiu i contactarà amb el seu metge del CAP. La prefectura o el propi interessat ho comunicarà al Servei de Prevenció.

Un sanitari del servei de prevenció contactarà amb la persona, dins de les primeres hores i si persisteixen els símptomes suggestius de Covid_19, posteriorment, gestionarà l'obtenció de una mostra, en el seu domicili, per un test PRC-RT en un termini de 24 hores. Una vegada obtingut el resultat es posarà en coneixement de la persona a la que se li ha realitzat el test.

- La **identificació i aïllament de contactes** laborals amb la realització de proves de confirmació microbiològica a tota persona que, iniciada la seva jornada laboral i durant l'exercici de la seva activitat laboral pateixi un incident per contacte estret, sense mesures de protecció individual, amb un company o client simptomàtic compatible amb Covid-19

La persona identificada notificarà l'incident al seu responsable i es retirarà al seu domicili per iniciar l'aïllament preventiu i posteriorment, també contactarà amb el seu metge del CAP i al servei de prevenció per informar de l'incident.

Un sanitari del servei de prevenció contactarà amb la persona, dins de les primeres hores i si persisteixen els símptomes suggestius de Covid_19, posteriorment, gestionarà l'obtenció de una mostra, en el seu domicili, per un test PRC-RT en un termini de 24 hores. Una vegada obtingut el resultat es posarà en coneixement de la persona a la que se li ha realitzat el test.

- La **implementació del sistema de vigilància** amb la base de dades centralitzada a la unitat sanitària del servei de prevenció tal com s'ha dut a terme fins ara, ens permetrà seguir disposant d'indicadors que contribueixin a tenir la informació necessària per la presa de decisions durant la progressió del desconfinament gradual i dins la nova normalitat.
- La **detecció corporal de temperatura** a l'entrada dels centres de treball no es una mesura de prevenció obligatòria en el moment actual i si es decideix dur-la a terme s'ha de fer en unes determinades condicions que no vulnerin el dret a la intimitat de les persones.

En aquestes fases de transició no es considera indicat adoptar aquesta mesura de manera generalitzada però si que s'ha considerat convenient aplicar-la, des de la fase de confinament i mantenir-la vigent durant la resta de fases, per l'accés a espais de treball considerats crítics per garantir la operativitat de la xarxa d'Autobusos i de Metro. Per aquesta raó, cal fer un control de temperatura a totes les persones que accedeixen als centres de control de les dues empreses.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

2. AMBIT DE MESURES DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL

HIGIENE PERSONAL

Segons evidència científica actual, l'extensió o el contagi persona a persona del COVID19 es controlable mitjançant mesures bàsiques de protecció i higiene que es podrien desplegar tenint en compte els següents elements:

- **Rentar-se les mans de manera freqüent**, preferiblement amb gel hidroalcohòlic, desinfectants amb activitat virucida o bé amb aigua i sabó.
- Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze en el moment de tossir o esternudar i rentar-se les mans de seguida.
- Evitar el contacte proper amb persones que tinguin símptomes d'infecció respiratòria (tos o esternuts, fonamentalment).
- Abstenir-se de tocar-se la boca, nas i ulls, després de manipular objectes de tercers sense, abans, haver-se rentat les mans. Sempre que sigui possible fer una neteja previa d'aquests objectes amb aigua i sabó o amb una mica de lleixiu o amb els productes de neteja establerts per les autoritats corresponents amb la corresponent informació sobre riscos i mesures preventives a disposició de les persones treballadores.
- Evitar compartir menjar i estris (coberts, gots, tovallons, mocadors,...) i d'altres objectes, sense netejar-los degudament.
- Netejar al inici del propi servei, amb productes desinfectants amb activitat virucida que es trobin en el mercat, els elements d'ús compartit del seu espai de treball (pupitre de conducció, cabines de gestió d'estació, taules de treball, etc) i amb contacte més directe amb les mans com telèfon, teclats, pulsadors, volant, manipulador, comandaments de màquines, etc.

Per tal de facilitar aquestes mesures d'higiene i específicamen la neteja de mans, l'empresa facilitarà la disponibilitat de dispensadors d'hidrogel alcohòlic als espais següents:

- A l'entrada i sortida dels centre de treballs, als espais compartits com ara sales de reunions i de formació, sales d'emmagatzematge, menjadors, sales d'espera i de replanificació, vestuaris, zones de màquines fotocopiadores, de vending, fonts d'aigua i vestíbuls d'ascensors.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

Per tal de netejar les superfícies de contacte, potencialment compartides per diverses persones, d'eines de treball, màquines, etc., l'empresa facilitarà la disponibilitat de productes desinfectants amb activitat virucida que es trobin en el mercat als entorns de treball per tal de fer-los servir abans i després d'utilitzar eines o objectes compartits.

Per tots els treballadors que tenen una funció itinerant i que no sempre puguin disposar d'accès fàcil a aigua i sabó se'ls facilitarà una dotació individual de gel hidroalcohòlic.

Segons l'Ordre SND / 399/2020, en el cas que s'utilitzin uniformes o roba de treball, es procedirà al rentat i desinfecció diària dels mateixos, havent de rentar-se de manera mecànica en cicles de rentat entre 60 i 90 graus centígrads. En aquells casos en què no s'utilitzi uniforme o roba de treball, les peces de roba utilitzades pels treballadors en contacte amb clients, visitants o usuaris, també hauran de rentar-se en les condicions assenyalades anteriorment.

RECORDAR QUE: Aquestes mesures s'han de sumar a les mesures de seguretat pròpies de cada lloc de treball establertes a les respectives avaluacions de riscs.

DISTÀNCIA MÍNIMA DE SEGURETAT

Durant totes les activitats i tasques que es duiguin a terme durant aquesta període excepcional, cal assegurar el manteniment d'una distància mínima de seguretat entre persones, o bé, establir mesures de protecció col·lectiva (barreres físiques) que evitin contacte proper i de certa durada..

Les autoritats sanitàries han disposat que aquesta **distància mínima de seguretat interpersonal sigui de 2 metres**.

MASCARETES FACIALS

Les mascaretes són fonamentals per a disminuir l'eficàcia del contagi. A més a més, donada l'existència d'un percentatge significatiu d'individus asimptomàtics s'està analitzant com una de les vies principals de propagació de la malaltia. L'ECDC (de l'anglès, European Centre for Disease Prevention and Control) recomana l'ús preventiu de les mascaretes facials per a tota la població. És suficient cobrir nas i boca, amb qualsevol teixit, per a evitar la capacitat infectiva d'individus asimptomàtics. *(Veure l'annex 1 per com col·locar-se i treure una mascara de protecció)*

No obstant, l'ús de mascaretes facials només s'ha de considerar com una mesura complementària i no com una substitució de les mesures preventives establertes, com ara el distanciament físic, la higiene de les mans meticulosa i d'altres (evitar tocar la cara, el nas, els ulls i la boca, etc.).



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

CRITERIS D'UTILITZACIÓ DE MASCARETES FACIALS A L'EMPRESA:

Segons indicació del govern, Ordre TMA384/2020 de data 3 de Maig, a partir del 4 de maig es **obligatori l'ús de mascareta facial per tots els treballadors del transport públic que estiguin en contacte directe amb el client.**

També està recomanada com a us generalitzat i essent essencial quan no es pugui garantir la distància mínima de seguretat i no es disposi de separació física.

En concret i més enllà de dur-la obligatòriament en tots aquells col·lectius amb contacte amb el client, la utilització de mascaretes també serà obligatòria en funció del criteris següents:

Impossibilitat de mantenir la distància mínima de seguretat

Quan les tasques requerides per mantenir el servei es facin entre dos o més persones, sense que sigui possible mantenir la distància de seguretat o interposar proteccions col·lectives que separin físicament a aquestes persones per tal d'evitar evitar contactes directes. En aquestes situacions totes les persones portaran, com a mínim, una màscara quirúrgica.

Durant la prestació de primers auxilis.

Cal tenir en compte que en aquesta situació difícilment es podrà mantenir la distància de seguretat i com, segurament, existeixi un contacte físic, es obligatori utilitzar l'EPI de protecció respiratòria (Mascara FFP2, KN95 o superior).

En una situació en el calgui atendre a una persona indisposada, mantenint la distància mínima de seguretat, encara que presentin tos o esternuts però sense que hagi contacte físic, es recomanable atendre-la amb mascareta quirúrgica FFP2 o KN95.

Durant els desplaçaments "in missió" en transport públic, així com per l'accés o permanència a zones de pública concurrència de la xarxa durant les hores de servei: vestíbuls, andanes, enllaços, etc.

Caldrà fer servir mascareta quirúrgica

Quant sigui citat a visita mèdica a les unitats sanitàries de l'empresa



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

Caldrà fer servir mascareta quirúrgica

Desplaçaments de més d'una persona en vehicles d'empresa (camió, furgoneta, turisme), i també en desplaçaments en VAF. Amb les restriccions d'aforaments en vehicles i VAF, descrites més endavant (apartat XXXX)

Caldrà fer servir una mascareta quirúrgica per part de totes les persones.

GUANTS DE PROTECCIO:

La via d'entrada del virus no es cutània i l'ús de guants pot donar una falsa sensació de seguretat que és perillosa ja que en el cas de tenir contacte amb el virus, aquest perviu i estarà a la superfície del guant i en contacte amb la boca o el nas el risc és exactament el mateix que si ho fas sense guants. La seva utilització també podria augmentar el risc de contagi en el cas que no s'extreguin de forma correcta.

En el moment actual cap organisme ni norma recomana l'ús de guants per una activitat que no estigues regulada anteriorment com, per exemple, la manipulació d'aliments. Tampoc la OMS ni les Autoritats sanitàries han fet cap indicació al respecte. Per tot això, el servei de prevenció considera que l'ús generalitzat de guants, en relació a la protecció front la malaltia Covid_19 no esta indicada a TMB.

L'ús de guants quedarà restringit com a EPI per la prestació de primers auxilis i pel personal sanitari sempre que es faci una atenció dels treballadors que requereixin contacte físic. Veure l'annex 1 per les instruccions de com col·locar-se i treure els guants.

RECORDAR QUE: Aquesta mesura en cap cas substitueix l'ús dels EPIs pròpies de cada lloc de treball establerts a les respectives avaluacions de riscos.

3. ÀMBIT DE MESURES DE PROTECCIO COL·LECTIVA

NETEJA I DESINFECCIO INSTAL·LACIONS:

Neteja i desinfecció amb productes desinfectants amb activitat virucida que es trobin en el mercat i que hagin sigut autoritzats i registrats per el Ministeri de Sanitat:



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- Diàriament es netejaran i desinfectaran de forma reforçada (mínim de 2 cops al dia) els espais d'ús col·lectiu i especialment, tots aquells elements susceptibles de ser tocats amb les mans. (poms, mostradors, passamans, ...)
- La neteja/desinfecció es realitzarà a una vegada per torn, en aquells espais ocupats per diferents persones durant la mateixa jornada.
- A més, el personal disposarà de material per realitzar la neteja individual d'aquelles superfícies i elements que puguin ser compartits per diferents persones durant la feina.

De forma general, es tracta de fer una neteja freqüent de totes les superfícies d'ús públic o compartit (seients, passamans, baranes, taules, etc.) i tots els dispositius d'accionament (manetes i tiradors de portes, polsadors, botoneres, etc.):

- Trens i busos: Barres interiors, Seients, Portes tren, Cabina de conducció (pupitre, volant, manipuladors, seients, etc.) i en particular qualsevol element d'accionament.
- Estacions, edificis i tallers: Baranes i passamans d'escaleres de pedra i mecàniques, Ascensors en general però, especialment, els polsadors, Portes de dependències, especialment, els panys i tiradors, Validadores i distribuïdores, Bancs i seients d'estacions, Lavabos en general, però especialment: aixetes, tiradors o polsadors de descàrrega d'inodors, secamans, portes, etc., Vestuaris i menjadors i Sales d'espera
- Espais com centres de control cabines de gestió d'estacions, controls d'accessos, etc., la neteja serà general però prestant especial atenció a aquelles superfícies i elements que es toquin més sovint: com taules, teclats, ratolins, telèfons, cadires, poms de portes, etc.

En el cas que un treballador/a presenti indisposició per malaltia respiratòria (tos, febre, malestar general o dificultat respiratòria) susceptible de ser Coronavirus SARS-CoV-2 es sol·licitarà una neteja addicional de la seva zona de treball (vehicle, pupitres, taula, telèfon, ratolí, etc.) durant la jornada, incloent-hi la retirada de residus de les paperes que hagi pogut utilitzar. No és necessari fer cap neteja general de la zona/planta on estigui aquesta persona, a no ser que ho indiqui l'Autoritat Sanitària.

SISTEMES DE VENTILACIÓ I CLIMATITZACIÓ

En referència al funcionament dels sistemes de ventilació i climatització d'edificis i dependències, sempre que sigui tècnicament possible es seguiran recomanacions següents

- Mantenir la màxima aportació possible d'aire exterior en els locals, mitjançant ventilació natural i/o forçada en els sistemes de ventilació i climatització.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- En els edificis que disposen només de ventilació natural, maximitzar el cabal de ventilació obrint les finestres i les portes.
- Iniciar la ventilació dues hores abans de l'obertura del local i mantenir-la en funcionament una hora després del tancament. Quan sigui possible, mantenir la ventilació engegada continuament, amb taxes de renovació d'aire més baixes quan no hi hagi persones.
- Revisar la bona ventilació dels lavabos. Es recomana mantenir el funcionament de forma ininterrompuda (24 hores) d'aquells que disposin d'extracció forçada d'aire.
- Els ventiladors d'aspes (de peu o de sobretaula) no són recomanables. Quan sigui necessari el seu ús per raons de d'augment de temperatura, cal verificar que la posició del ventilador i el flux d'aire generat no faciliti la transmissió entre grups, i s'utilitzarà a la menor velocitat possible, per generar menys turbulències.
- Es recomana evitar, sempre que es pugui, la recirculació de l'aire a les unitats de tractament de l'aire (UTAs), tancant les comportes de recirculació i treballant amb el major volum possible d'aire exterior.
- Als espais d'ús comú o públic es recomana aturar els sistemes descentralitzats tipus fan-coil, splits o petits equips autònoms, que només recirculen l'aire interior. Quan sigui necessari mantenir-los en funcionament degut a les condicions de temperatura, cal evitar que produeixin corrents d'aire sobre les persones i han de ser netejats i desinfectats periòdicament. Es recomana una neteja diària de les superfícies externes dels equips (superfície de les reixes d'impulsió i retorn) amb els productes habituals de neteja i desinfecció de superfícies, mitjançant baieta, i setmanalment neteja i desinfecció dels filtres.
- És preferible sacrificar lleugerament el confort tèrmic per mantenir al màxim la ventilació.
- Mantenir la humitat relativa entre 40 i 60 % en aquells espais on els equips ho permetin.
- A l'iniciar la posada en marxa dels equips és recomanable canviar els diferents filtres de les unitats de ventilació i equips de tractament de l'aire, i s'aconsella canviar-los mensualment. També s'aconsella, com a mesura de prevenció general, que abans de posar-los en funcionament es realitzi una neteja i desinfecció dels equips de tractament d'aire.

Per part dels Serveis i Unitats responsables d'aquests sistemes de ventilació i clima es realitzarà un pla de manteniment i neteja periòdica dels mateixos. Cal prioritzar la neteja i desinfecció dels equips de tractament de l'aire a la realització de les revisions



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

ACCÉS ALS CENTRES DE TREBALL CRÍTICS.

S'identifiquen com a centres crítics per garantir el servei de transport públic de TMB els centres de control (CST, CCM, CSX, CSPC).

Mantenir les mesures següents:

- Restricció de tot tipus de visites, reunions i activitat amb personal extern als centres de control.
- Restricció de l'entrada als centres de control. Només hi poden accedir les persones que hi estiguin prestant el servei o que hi hagin d'accedir per fer una tasca necessària per poder mantenir el servei, sigui personal operatiu o personal de manteniment.
- Prendre la temperatura corporal de totes les persones que accedeixin a l'edifici de Sagrera Estivill i al CCB.

A part d'aquests Centres de Control, els responsables de les diferents instal·lacions i centres de treball tindran la potestat de determinar quines es consideren crítics per limitar o prohibir l'accés al personal propi o aliè. De la mateixa forma, podran identificar les seves activitats essencials i, sempre que sigui factible, organitzar equips de treball separats per evitar possible afectació col·lectiva.

UTILITZACIÓ D'ESPAIS COMUNS ALS CENTRES DE TREBALL

- Organitzar de manera esglaonada les entrades i sortides dels centres de treball per tal d'evitar possibles aglomeracions de persones. Evitar especialment les concentracions a vestuaris i altres sales en aquells moments d'inici i finalització.
- Limitar la ocupació de sales i dependències d'ús comú (menjadors, vestidors, sales de reunions, sales de descans, sales de replanificació etc.) per reduir la coincidència excessiva de persones en moments puntuals de forma que es pugui mantenir la distància interpersonal de 2 metres, o bé la separació física entre persones. .
- Senyalitzar els espais recordant les mesures preventives pel que respecta a la distància de seguretat i les limitacions d'ocupació, indicant el número màxim de persones que la poden utilitzar de forma simultània..
- Reforçar sempre que sigui possible i tingui sentit la senyalització al terra de les distàncies mínimes recomanades.
- Evitar els desplaçaments que no siguin imprescindibles, fins i tot dintre del mateix centre de treball, edifici, planta, sala, etc. Prioritzant la consulta per línia telefònica o videoconferència..
- Garantir la ventilació adequada (natural o forçada) dels locals i espais de treball, de forma periòdica, i de com a mínim durant 5 minuts de forma diària, si les condicions de l'espai no n'obliguen una major ventilació per altres motius i característiques tècniques.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- Distribuir, en la mesura del possible, al personal entre el major nombre possible d'ubicacions de treball, considerant també les existents amb poc ús, de manera que es doni la menor coincidència en un mateix espai de treball.
- Distribuir, si es possible, el mobiliari d'oficines, menjadors, etc., de forma que ajudi a mantenir la distància de seguretat entre persones.
- Instal·lar mesures de protecció col·lectives, tipus mampares de vidre, policarbonat, metacrilat o similar que evitin contactes directa entre persones als llocs de treball amb atenció al client (intern o exter)
- Utilitzar els ascensors màxim per una persona en cada viatge, utilitzant preferentment les escales. Amb l'excepció que sigui possible garantint la separació de dos metres entre elles, o en aquells casos de persones que puguin necessitar assistència, en aquest cas també es permetrà la utilització per part d'un acompanyant.
- Evitar els jocs de taula i altres (futbolin, ping pong, etc.) a les sales de descans.
- En dependències i locals amb dues portes d'accés, es recomana, utilitzar una d'entrada i l'altre de sortida.
- Sempre que sigui possible, prioritzar l'obertura automàtica de portes sense necessitat de pulsadors, o bé, mantenir les portes d'accés o sortida obertes.
- A les zones de pas, procurar anar sempre per la seva dreta per evitar creuar-se amb altres persones i mantenir la màxima distància. Si és possible, marcar diferents camins segons la direcció de pas.

SEPARACIÓ I SENYALITZACIÓ DELS ESPAIS DE TREBALL

La tornada gradual al nostre lloc de treball, ens obliga a realitzar un conjunt d'accions de revisió de tots els espais per tal que, a curt, mitja i llarg termini, s'adeqüin a les condicions referides en el punt anterior i per tant, es faciliti minimitzar el risc de contagi laboral i una millor definició de l'aplicació de les mesures de protecció col·lectives i individuals.

Aquesta revisió ens permet acompanyar, com a organització, a les persones en aquesta tornada a la normalitat i no, només, s'hauria de cenyir a les lògiques d'espais i mesures higièniques, sinó que també estarien lligades a les emocions i els comportaments, que no s'han de deslligar de les dues anteriors.

És clau poder entendre en el pla personal com anem a dissenyar aquest futur espai de treball. Aquest disseny d'espais, comportaments, relacions, regles, etc. ... s'han de fer de forma conjunta entre els diferents estaments tècnics de TMB.

Per tal de facilitar aquest procés de revisió s'ha desenvolupat una mateixa metodologia per tal d'aplicar-la a tots els centres, dependències i espais de treball.

Com a resultat s'ha preparat un document amb **la planificació preventiva específica per la mitigació de la Covid-19** als nostres centres de treball i instal·lacions que recull totes les



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

adaptacions dels espais de treball que s'hauràn de dur a terme de manera imminent o a curt termini per tal de millorar la protecció del personal.

- MAMPARES

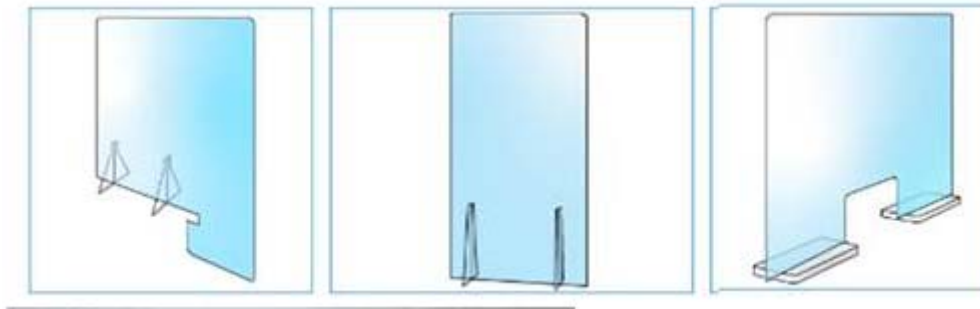
Es recomana l'ús de barreres físiques addicionals com ara mampares i senyalització de distàncies en espais d'atenció al públic o compartits.

Les característiques mínimes dels materials són pel que respecta a la Composició seran de metacrilat 4 mm, policarbonat de 4 mm o vidre temperat de 6 mm (A-14428). No hauran de tenir cantells vius ni arestes tallants, caldrà que siguin estables i fàcils de netejar.

Pel que respecta a les dimensions, en funció del lloc on realitza la tasca, seran les següents:

- Tasques asseguts: mínim 60 cm des de la superfície de la taula, pupitre, mostrador.
- Tasques dempeus: completar l'alçada de taula o taulell fins a una alçada mínima de 190 cm des del terra.

Per que respecta a l'amplada serà la necessària en funció de les dimensions de cada lloc i tindrà tres usos bàsic diferenciats (veure les imatges):



Separació lateral de llocs de treball

Separació frontal de llocs de treball

Separació frontal interactiva

- SENYALITZACIÓ

Els edificis, centres, llocs de treball, dependències, etc., disposaran de cartells per informar a les persones treballadores, visites i clients de les mesures d'higiene i normes de prevenció per evitar contagis.

Els cartells informatius tindran una estructura similar a la següent:

- a) Començar amb "Per evitar contagis és necessari...."

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- b) Una part central amb text i imatge del missatge que es vol donar
- c) Finalitzar amb "És responsabilitat de tots contenir el coronavirus."

Els missatges es podrien donar de forma individual, o bé, combinar diversos missatges al mateix cartell. Els textos proposats per cada missatge són els següents:

Higiene:

- H1: ... rentar-se les mans amb freqüència.
- H2: ... cobrir el nas i la boca al tossir, amb un mocador rebutjable, o la part interna del colze.
- H3: ... netejar l'espai de treball a l'inici de la jornada.
- H4: ... evitar compartir menjar, estris de cuina (coberts, gots, tovallons...)
- H5: ... no venir a treballar si tens símptomes.
- H6: ... no viatjar en transport públic si tens símptomes.

Distància interpersonal:

- D1: ... mantenir la distància interpersonal (2 metres)
- D2: ... respectar el límit d'ocupació. Màxim N persones.
- D3: ... distribuir-se per tota l'andana / el tren / autobús.
- D4: ... circular per la dreta. Deixant espai a qui circuli en sentit contrari.
- D5: ... fer una cua/fila ordenada mantenint la distància de seguretat.
- D6: ... evitar els ascensors. Fer ús individual o utilitzar escales.

Ús de màscares:

- M1: ... portar màscara facial si es pot mantenir la distància de seguretat (2 metres).
- M2: ... portar màscara al transport públic (autobusos / trens, estacions i passadissos).

Es recomana fer servir a les entrades dels centres i espais comuns el "CARTELL General Prevenció COVID-19" amb combinació dels missatges principals de forma que els cartells individuals siguin més acotats. La informació que recull el cartell General és: H1+H2+H5+D1+M1+ "no tocar-se nas, boca i ulls amb les mans".

La distribució de cada tipus de cartell serà en funció dels missatges a transmetre en cada espai en concret.

A continuació s'indiquen els models de cartells:

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari...

rentar-se les mans amb freqüència
cobrir-se el nas i la boca per tossir o esternudar
no tocar ulls, boca i ulls
mantenir la distància de seguretat
portar màscara si es pot i mantenir la distància de seguretat
no anar a treballar si es té símptomes

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari...

... no anar a treballar si se'n pateix algun dels símptomes

Tos Fiebre
Sarracó de flegma d'altre Malaltia general

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari...

... cobrir-se el nas i la boca en tossir o esternudar amb un mocador d'un sol ús o la part interna del colze

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari...

... rentar-se les mans amb freqüència

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari rentar-se correctament les mans amb aigua i sabó durant 40-60 segons

1. Humediteja les mans amb aigua.
2. Aplica sabó i frega les mans.
3. Frega el dors de la mà amb el palmell de l'altra mà.
4. Frega el dors de la mà amb el dit índex de l'altra mà.
5. Frega el polze amb el dit índex de l'altra mà.
6. Frega els polzes amb els polzes de l'altra mà.
7. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.
8. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.
9. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.
10. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari rentar-se correctament les mans amb gels antisèptics durant 20-30 segons

1. Humediteja les mans amb aigua.
2. Aplica gel antisèptic i frega les mans.
3. Frega el dors de la mà amb el palmell de l'altra mà.
4. Frega el dors de la mà amb el dit índex de l'altra mà.
5. Frega el polze amb el dit índex de l'altra mà.
6. Frega els polzes amb els polzes de l'altra mà.
7. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.
8. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.
9. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.
10. Frega els punys amb els punys de l'altra mà.

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari...

... mantenir la distància de seguretat

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari...

... respectar els límits d'ocupació

Màxim persones

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona

COVID-19 TMB Seguretat Laboral

Per evitar contagis és necessari...

... mantenir la distància de seguretat

... evitar aglomeracions i grups de persones, i respectar el límit d'ocupació

Màxim persones

És responsabilitat de tots contenir la COVID-19

TMB Transports Metropolitans de Barcelona



Transports Metropolitans
de Barcelona

SST | Salut i seguretat
en el treball

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat



TELETREBALL

Durant aquesta fase de desconfinament i tornada a la nova normalitat, sempre que sigui factible es facilitarà el teletreball en tots aquells casos que es pugui mantenir l'activitat professional amb aquest mètode de treball i que l'entorn de treball a domicili reuneixi les condicions suficients d'ergonomia per no implicar cap risc per la persona que realitza la feina.

Es preceptiu fer el curs de formació en modalitat E-learning sobre riscos i mesures preventives a aplicar durant el teletreball i el qüestionari d'autoavaluació de les seves condicions.

Tenint en compte aquesta condició previa necessària, aquesta modalitat de treball estarà vinculada al que l'Administració pugui anar regulant en cada moment i dins de les diferents fases del desconfinament.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

TREBALL PRESENCIAL ALS CENTRES, INSTAL·LACIONS I A LES XARXES

A l'inci de la fase 1 es podren reprendre totes les activitats habituals de manteniment i altres sempre i quan es duguin a terme les mesures de protecció individual i col·lectives definides als punts anteriors.

REUNIONS

Es recomana evitar les reunions presencials sempre que sigui possible. Per tant, les reunions per video conferència es mantindran de manera preferent fins, al menys, l'inici de la fase 2 decretada pel govern. Fins aquest moment, només es podran fer les reunions presencials que siguin imprescindibles per mantenir el servei i aquesta decisió serà responsabilitat del convocant de la reunió.

El màxim nombre d'assistents a una reunió, en aquells espais que permetin el compliment de les mesures de distanciament, serà de deu persones durant la fase 1 i de quinze persones durant la fase 2.

A partir de la fase 3 i a mesura que es flexibilitzi la mobilitat, es podran realitzar reunions amb personal extern complint les mateixes condicions que les indicades en el paragraf anterior.

FORMACIÓ:

Fins la finalització de la fase 3 decretada pel govern, la única formació que es manté es en modalitat @learning i les presencials que siguin absolutament imprescindibles.

Durant les fases 1 i 2, en cas de formacions presencials definides com imprescindibles, p.e. CAP pels conductors de bus, nous ingressos o altres que puguin esdevenir, es podran realitzar aplicant les mesures següents:

- Limitar el número d'assistents per les formacions en aula i sempre de forma que es pugui garantir la distància mínima interpersonal de 2 metres entre.
- Fase 1: El número màxim d'assistents serà de 10 persones.
- Fase 2: El número màxim d'assistents serà de 15 persones.
- Netejar de les aules després de cada acció formativa.
- Limitar el número de persones durant la realització de pràctiques. Realitzar neteja dels elements comuns (màquines, eines, comandaments, etc) utilitzats durant les pràctiques abans i després de cada ús.
- Utilització de mascare durant les accions formatives pràctiques on no sigui possible mantenir la distància de seguretat.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

SALES D'ACTIVITATS

La Sala Gaudi i l'Espai Mercè Sala es mantindran tancades fins la finalització de la fase 3 i que les autoritats sanitàries autoritzin l'obertura dels centres cívics o similars amb presència de grups amplis de persones.

DESPLAÇAMENTS EN VEHICLES

Mentre que estiguem a Fase 0, ens mantenim igual que fins ara, és a dir, 2 persones màxim per furgoneta i assegudes a files alternes sempre que sigui possible. Per tant en la fase actual, es podrà autoritzar el desplaçament al mateix vehicle de més persones, aplicant els següents criteris:

- Als desplaçaments en furgonetes és imprescindible respectar una ocupació màxima de 2 persones. Es recomana, sempre que ho permeti el tipus de vehicle, seure a diferents files de seients.
- En cas de realitzar desplaçaments amb vehicles de gran capacitat, es limitarà el seu aforament a 1/3 de la seva capacitat i sentats en files diferents (màxim una persona per cada fila de seients)
- Únicament es permet la concurrència d'una segona persona a les cabines de conducció en casos de resolució d'avaries/incidències urgents o d'emergències que comprometin el servei, fent servir màscara de quirúrgica, FFP2, KN95 o superior.
- En els trasllats "in mision" en VAF's, no superar la meitat de l'aforament màxim permès del vehicle i extremar les mesures d'higiene durant els trasllats.
- Quan no estigui garantida al vehicle la distància mínima de seguretat, o bé la separació física entre persones, tots els seus ocupants portaran mascara respiratòria, com a mínim, de tipus quirúrgic.
- També caldrà procurar estabilitat en els components dels equips de treballs, de forma que les persones es barregin lo mínim possible mentre duri aquesta crisi sanitària.

Quan passem a Fase 1, podran anar amb 2 persones per cada fila de seients. Tots els ocupants del vehicle portaran màscara quirúrgica:

- En els transports privats particulars i privats complementaris de persones en vehicles de fins a nou places, inclòs el conductor, podran desplaçar dues persones per cada fila de seients, sempre que utilitzin mascara quirúrgica, FFP2, KN95 o superior i respectin la màxima distància possible entre els ocupants
- En els vehicles en què, per les seves característiques tècniques, únicament es disposi d'una fila de seients, com en el supòsit de cabines de vehicles pesants, furgonetes, o altres, podran viatjar com a màxim dues persones, sempre que els seus ocupants utilitzin mascare i guardin la màxima distància possible



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- Únicament es permet la concurrència d'una segona persona a les cabines de conducció en casos de resolució d'averies/incidències urgents o d'emergències que comprometin el servei.
- En els trasllats "in mision" en VAF's, no superar la meitat de l'aforament màxim permès del vehicle i extremar les mesures d'higiene durant els trasllats.
- **Quan no estigui garantida al vehicle la distància mínima de seguretat, o bé la separació física entre persones, tots els seus ocupants portaran mascara respiratòria, com a mínim, de tipus quirúrgic.**
- També caldrà procurar estabilitat en els components dels equips de treballs, de forma que les persones es barregin lo mínim possible mentre duri aquesta crisi sanitària.

VIATGES

Els viatges professionals estaran condicionats al que en cada moment puguin anar regulant les Autoritats dins de les diferents fases previstes durant el procés de desconfinament, per tal d'autoritzar desplaçaments professionals i mitjans per poder fer-ho.

En el moment actual, així doncs, si els desplaçaments responen a motius laborals, com a conseqüència d'una activitat econòmica, estan permesos per la normativa reguladora de l'estat d'alarma.

A Catalunya, per aquests desplaçaments us recomanem portar el certificat autoresponsable, disponible al web del Departament d'Interior: <http://interior.gencat.cat/certificatautoresponsable> acompanyat d'un certificat de l'empresa que acrediti el motiu del desplaçament i el/els treballador/s que s'han de desplaçar.

En tot cas, per a poder-se desplaçar per motius laborals i per a acreditar-ho, davant d'eventuals controls policials, és suficient aportar un certificat de l'empresa que acrediti la necessitat i el lloc on s'ha de realitzar el desplaçament.

4. ÀMBIT DEL PLA DE RETORN DE LES PERSONES MÉS VULNERABLES AL COVID-19

Amb l'objectiu de defensar la salut dels treballadors/es més vulnerables davant d'aquesta pandèmia i per evitar possibles riscos addicionals, es va considerar indicat de forma immediata durant la fase inicial del confinament que aquestes persones no vinguessin a treballar i que en tots els casos que sigues possible, aquest personal podrà continuar prestant servei mitjançant el teletreball.

Es va considerar personal especialment vulnerable les persones que complien alguna de les condicions determinades a http://tmbnet/rrhh/avisos/Avisos_2020/Avisos/AVIS_202520_Covid-19.pdf

En el moment actual i amb el canvi de les circumstàncies ens permet un retorn controlat a la feina d'aquestes persones tenint en compte el previst pel Departament de salut a la guia d'actuació i col·laboració del serveis de prevenció front a la pandèmia COVID-19 de 25/03/2020, el servei de prevenció ha començat a valorar individualment cada cas tenint en compte l'estat de



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

salut de la persona, així com les condicions de treball i tasques a realitzar segons els criteris recollits al "document de Criteris per a la gestió de persones especialment vulnerables i treballadors/res especialment sensibles enfront dels SARS-CoV-2 a les empreses de Catalunya en el context de pandèmia de 8/04/2020 de l'Associació Catalana de Salut laboral" i el "Procedimiento de actuación de los Servicios de prevención frente a la exposición al SARS-CoV-2 de 8/04/2020 dels Ministerio de Sanidad" per tal de definir quines persones, en funció del seu risc personal, podrien començar a retornar al treball en primera instància i quines haurien de fer-ho més endavant en una segona fase en funció de l'evolució de la pandèmia i del que pugin determinar les autoritats sanitàries respecte aquest grup específic de la població.

Per aquestes raons i després de la publicació de la "Orden SND/399/2020, de 9 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional, establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación del Plan para la transición hacia una nueva normalidad" i feta la valoració personal segons els criteris abans referits, es considera que **els menors de 60 anys que presentin una única patologia controlada amb el tractament, els majors de 60 anys sense cap altra patologia i les gestants o lactants que treballen a oficines** es poden reincorporar al seu lloc de treball en el moment de l'inici de la FASE 1 a Barcelona i la seva Àrea Metropolitana. Al personal inclòs dins d'aquest grup inicial per tornar al treball rebran una comunicació personal.

En el cas que hagin estat teletreballant al llarg de tot aquest temps es mantindran en la mateixa situació i restaran a l'espera de les indicacions generals per tot el conjunt de personal que està duent a terme aquesta modalitat de treball.

En el marc d'aquest retorn controlat i segons el previst a la Ordre SND/414/2020 publicada en el Bolletí Oficial de l'Estat el dia 16 de Maig, **la resta del personal vulnerable, que no estigui teletreballant** i sempre que la seva condició clínica estigui controlada i ho permeti, **s'incorporarà mantenint rigoroses mesures de protecció i prèvia comunicació personal, a l'inici de la fase 2** del desconfinament,. L'excepció serà per aquelles persones que, per la seva condició clínica, sigui recomanable mantenir-se especialment protegits. En aquest cas, tal com preveu la normativa vigent, hauran de notificar la seva incapacitat temporal previ informe del servei de prevenció, que farà arribar a l'interessat per tal que el faci a mans del seu metge o metgessa de família.

En tots els casos, una vegada rebuda la notificació de retorn al treball, els respectius responsables contactaran per tal de concretar els detalls de la seva reincorporació.

Es important que, si alguna persona susceptible d'aquesta especial protecció encara no ha comunicat les seves circumstàncies de salut a la unitat sanitària del servei de prevenció cal que ho faci lo abans possible.

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

5. ÀMBIT DIAGNOSTIC SEROLOGIC

L'objectiu de realitzar tests serològics es conèixer l'estat immunitari individual després d'un episodi d'incapacitat temporal relacionat amb un episodi confirmat, probable o possible de Covid-19 i al mateix temps, tenir informació epidemiològica sobre l'estat immunitari de grup pel que respecta al personal de TMB. .

Per aquest raó, es realitzarà el diagnòstic serològic a través de la tècnica ELISA (de l'anglès, Enzyme-Linked ImmunoSorbent Assay) o Luminex ambdues tècniques son una tècniques semi quantitatives/quantitatives , amb especificitat i sensibilitat properes al 100% i 95%, respectivament.

Per aquesta raó, a partir de 11 de Maig s'ha proposat a tothom que ha tornat a treballar després d'un episodi d'incapacitat temporal com a cas confirmat, probable o possible, fer-se de forma voluntària, una analítica de sang per tal de conèixer els seu estat serològic.

6. ÀMBIT SISTEMA SANITARI

QUE FER DAVANT DE L'APARICIÓ DE SIMPTOMES DE MALALTIA COVID-19

Els treballadors i treballadores que pateixin un quadre clínic d'infecció respiratòria aguda (febrecula o febre, tos seca, dificultat per emparar, congestió nasal, dificultat respiratòria, vòmits, diarrea, malestar general, cefalees i/o mialgies) **NO HAN DE VENIR A TREBALLAR** es quedaran a casa i prioritariament, es posaran en contacte amb el telèfon del seu metge de família (CAP o EAP) o del Sistema públic de salut (061).

Seguidament han de trucar als serveis sanitaris de l'empresa per informar del seu cas per tal de poder contribuir amb el seu metge o metgessa a fer-ne el seguiment a través del servei que s'ha organitzat de consultes telefòniques dirigit a tot el personal de TMB

Aquest servei de **CONSULTA MÈDICA TELEFÒNICA** esta disponible amb horari de mati (8:00-14:00) i de tarda (14:00-20:00) trucant als telèfons indicats al quadre següent:

Dies	MATI		TARDA	
	Exterior	Interior	Exterior	Interior
Dilluns a Divendres laborables	932.148.201	88201	932.148.325	88325
	932.148.167	88167	932.148.175	88175
	933.286.103	86103	932.148.387	88387
	932.987.568	87568		
	932.987.011	87011		
	932.148.363	88363		



Transports Metropolitans
de Barcelona

SST | Salut i seguretat
en el treball

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

Les trucades o correus electrònics que els envieu, en aquests moments, han de ser FONAMENTALMENT per consultes en relació al COVID-19 i pels casos següents:

Els sanitaris de TMB trucaran periòdicament als malalts sospitosos de COVID per fer un seguiment del cas i ajudar-los en cas que calgui assistència mèdica per empitjorament de la malaltia.

En tots els casos de persones malaltes, cal que tramitin la seva incapacitat temporal amb el seu metge de família. Els comunicats de baixa, confirmació de baixa i alta estan disponibles via internet a "La meva salut-Generalitat de Catalunya"

<https://www.lamevasalut.gencat.cat>

QUE FER LES PERSONES DIAGNÒSTICADES DE COVID 19

Tal com s'ha indicat en punt previ, cal trucar, lo abans possible, als telèfons de TMB indicat per informar de la seva situació amb la finalitat d'identificar els possibles contactes laborals estrets.

D'aquesta manera, també, els serveis sanitaris podran fer un seguiment dels casos per donar el suport necessari a les persones malaltes.

QUE FER LES PERSONES QUE HAN TINGUT CONTACTE ESTRET AMB UN CAS PROBABLE O CONFIRMAT DE Covid-19 AMB SÍMPTOMES:

Es defineix com "Contacte estret" qualsevol persona que hagi proporcionat cures a un cas probable o confirmat mentre que el cas presentava símptomes: membres familiars o persones que tinguin un altre tipus de contacte físic similar o hagi estat durant més de 15 minuts a menys de 2 metres en el mateix lloc que un cas probable o confirmat en el moment que la persona malalta presenta símptomes.

En cas de persones que comparteixen espais, **també es considera contacte estret la persona que treballa amb posterioritat a la persona que tenia símptomes** i que va usar el mateix espai de treball, sense que s'hagués netejat, prèviament, tocant el mateix teclat, telèfon, taula, volant, quadre de comandament, etc.

Aquestes persones considerades contactes estrets, hauran de romandre al domicili durant un període de 14 dies des de l'últim contacte amb el cas si no es convivent o des de la finalització dels símptomes en cas que li apareguin.

Instruccions sobre l'aïllament domiciliari:

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- **No pots sortir de casa per res**, mantenir una distància de seguretat de 2 metres amb tots els teus familiars convivents
- Rentar-te sovint les mans
- Cal telefonar al metge de família per tal que et doni la baixa per aïllament per contacte amb un cas sospitós o diagnosticat. Te la podràs baixar de "La meua Salut" i la pots fer arribar per correu electrònic als teus responsables
- Seguir les instruccions adjuntes i consulta el Canal Salut:
 - o <http://canalsalut.gencat.cat/web/content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/coronavirus-consells-aillament-domiciliari.pdf>
- Prendre i registrar la temperatura dos cops al dia i vigila l'aparició de possibles símptomes: tos, febre, malestar general i/o i dificultat per respirar.
- En el cas que presentar algun símptoma contacta amb el teu CAP, CUAP o serveis sanitaris de TMB.

Les persones amb un contacte casual (contacte que no compleix els requisits anteriorment descrits per contacte estret) amb un cas probable o confirmat de COVID-19, poden continuar amb la seva activitat normal i realitzaran vigilància passiva d'aparició de símptomes.

QUE FER LES PERSONES QUE PRESENTIN INDISPOSICIÓ AMB SIMPTOMES DE COVID-19 AL LLOC DE TREBALL

Si un treballador presenta, en el seu lloc de treball, indisposició per possible malaltia de Coronavirus SARS-CoV-2 ho ha de comunicar al seu responsable directe i s'haurà de posar mascara quirúrgica o de protecció sense vàlvula i es retirarà del lloc de treball.

La persona indisposada o el seu responsable, hauran de contactar amb el nostre personal sanitari als telèfons indicats per tal d'identificar si hi han pogut haver-hi possibles contactes estrets a la feina.

En el cas que la persona afectada sigui d'una empresa externa. Caldrà que avisi als seus responsables i aquest, s'hauran de posar en contacte amb el responsable intern TMB que hagi signat la contractació del servei extern per procedir de la mateixa manera que en el paràgraf anterior.

Realitzar, en tots els casos, una neteja de la seva zona de treball, sobretot, en el cas que l'espai de treball hagi de ser ocupat per un altre treballador, incloent-hi la retirada dels residus on hagi pogut depositar mocadors i altres productes usats.

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

CENTRE ASSISTENCIAL D'ACCIDENTS DE TREBALL DE LA SAGRERA:

Romandrà TANCAT, fins l'inici de la fase 2 decretada pel govern, que tornarà a la seva activitat habitual.

Fins aquest moment les consultes i visites de seguiment es faran telefònicament amb el horari següent:

L' HORARI D'ATENCIÓ TELEFÒNICA es el següent:

- Horari de matí, de 8:00-16:00h: 93/214.83.94 (extensió: 88394)
- Horari de tarda, de 16:00-20:00h 93/214.83.92 (extensió: 88392)
- Les persones que pateixin lesions TRAUMÀTIQUES QUE NECESSITIN ASSISTÈNCIA URGENT, hauran de dirigir-se a Hospital El Pilar (C/ Balmes, 271 Telèfon: 932.360.512)
- Les persones que pateixin lesions OCULARS QUE NECESSITIN ASSISTÈNCIA URGENT, hauran de dirigir-se a Institut Comtal d'Oftalmologia (Via Augusta, 61 Telèfon:934.155.637)
- Els tràmits administratius de notificació de baixa i alta es faran telemàticament, sense necessitat de desplaçament físic de la persona.
- Dins de la fase actual, les sessions de rehabilitació s'han començat a dur a terme en funció de la necessitat de cada cas.
- Les proves de diagnòstic per la imatge que no siguin imprescindibles, queden anul·lades.

SERVEI DE PREVENCIÓ:

- S'anul·len, fins a nou avis, totes les visites de reconeixements mèdics i visites de seguiment programats a les unitats sanitàries de Sagrera Santa Eulàlia, Horta i Zona Franca 2.
- A partir de l'inici de la fase 1 decretada pel govern, es començaran a planificar les visites de les persones que han estat casos de IT per COVID, a la unitat sanitària de Santa Eulàlia, per valorar l'estat serològic, sempre amb cita prèvia planificada des de el Servei de prevenció.
- Es realitzaran visites de seguiment telefònic a les persones amb sospita de COVID o COVID confirmat

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- Es realitzaran visites telefòniques per avaluacions mèdiques de retorn al treball de llarga durada d'IT NO COVID així com reingressos. En cas necessari es realitzaran presencialment als centres sanitaris

LLIURAMENT DE COMUNICATS DE CONFIRMACIÓ I NOTIFICACIÓ DE BAIXA

Fins l'inici de la fase 3, NO s'hauran de lliurar personalment els comunicats de baixa al centre sanitari de Santa Eulàlia, però si s'hauran de remetre escanejats o fotografiats per @mail a: ue10041@tmb.cat i upe01036@tmb.cat

En el cas de Transports de Barcelona, SA, les bústies de correu electrònic per a la comunicació de baixes que han estat donades d'alta són les següents:

- CSX: baixescsx@tmb.cat
- Horta: ucb1516@tmb.cat
- Ponent: baixesponent@tmb.cat
- Z. Franca: baixeszf@tmb.cat
- Triangle: baixestriangle@tmb.cat

7. ÀMBIT PERSONAL EXTERN AMB ACTIVITATS PRESENCIALS ALS CENTRES DE TREBALL DE TMB

Els responsables de la contractació dels serveis valoraran les possibles mesures de prevenció addicionals mitjançant la coordinació prevista a l'article 24 de la Llei de prevenció de riscos laborals i el RD 171/2004, de 30 de gener, que el desenvolupa.

Com a premissa general, donada l'excepcionalitat de la situació actual i en aplicació del principi de prudència, és aconsellable aturar totes aquelles activitats que no siguin imprescindibles per mantenir el servei.

En Qualsevol cas, per totes aquelles activitats que es mantinguin caldrà adoptar com a mínim les MATEIXES MESURES DE PREVENCIÓ I PROTECCIÓ QUE CONTEMPLA AQUESTA INSTRUCCIÓ i que sense ser exhaustives es poden resumir en les següents (mesures habituals per evitar contagis): mantenir la distància de seguretat entre persones, ús de mascaretes, grups de treball amb el menor número possible de persones, minimitzar l'extensió de les zones afectades per les activitats, garantir la neteja anterior i posteriorment de la zona o elements afectats. En aquest cas seran els serveis de prevenció de les empreses externes els responsables d'establir la necessitat o no d'adoptar mesures addicionals de protecció personal o col·lectiva.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

Els treballadors i treballadores d'empreses externes que pateixin símptomes respiratoris compatibles amb el Covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria i/o malestar general) no vindran a treballar.

En cas de presentar indisposició en el lloc de treball, el seu responsable li facilitarà obligatòriament una mascara quirúrgica o de protecció sense vàlvula i es retirarà de les instal·lacions de TMB. .

Consideracions a tenir en compte per les empreses externes:

- A través dels responsables del contracte de TMB i els interlocutors habituals de les empreses externes, s'establiran els mecanismes de comunicació pertinents per informar-se recíprocament dels casos probables o confirmats de Covid-19, amb la finalitat d'identificar possibles contactes estrets:
 - o Si el treballador és de TMB, el responsable de contracte de TMB informará a les empreses externes que poguessin haver tingut contacte amb el nostre treballador afectat.
 - o Si el treballador és de l'empresa externa, el responsable de contracte de TMB identificarà els contactes estrets i els comunicarà als serveis sanitaris.
 - o Els responsables del contacte de TMB informaran als serveis sanitaris de TMB dels casos probables o confirmats de Covid-19 comunicats per les empreses externes, així com dels possibles contactes estrets de personal propi.
- Seran d'aplicació també per les empreses externes els criteris establerts als apartats 1.3 i 1.4 del present document.
- Està disponible a la Biblioteca Achilles la documentació elaborada per TMB sobre coronavirus. La seva publicació ha estat comunicada a tots els proveïdors. Les empreses externes que mantinguin les seves activitats tenen l'obligació d'adoptar les mesures preventives indicades a la Instrucció interna N° 03-Coronavirus de TMB i les seves notes complementàries, o bé elaboraran els seus propis protocols i instruccions de treball específics.
- Obres: A partir de fase 1 es podran realitzar les obres que es considerin necessàries a tallers, instal·lacions i Xarxa de transport, sempre mantenint separació entre el personal de les obres i personal aliè a les mateixes. Les obres que es reprenguin inclouran mesures per evitar contagis als seus plans de seguretat i/o procediments de treball.

8. ÀMBIT DE MESURES INFORMATIVES

L'evidència sobre respostes a crisis de salut pública, emergències i desastres ens indica que es **tendeix a cooperar per aconseguir objectius comuns** si les persones es senten part d'un esforç comú, i si creu que la gent que lidera aquest esforç és part de la mateixa "comunitat de circumstància".



Transports Metropolitans
de Barcelona

SST

Salut i seguretat
en el treball

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

Per afavorir la interdependència, la confiança mútua i la solidaritat cal treballar les estratègies de comunicació, la incorporació d'innovacions que responen a noves necessitats i valors entre les persones treballadores.

Ens trobem en una situació d'incertesa, infoxicació i en un context canviant, que es mantindrà durant les fases de desconfinament progressiu i nova normalitat, donat que exigeix sovint desplegar o reajustar mesures en un període breu de temps entre la presa de decisions i la implementació per col·lectius específiques. És per això que és imprescindible desplegar una estratègia de comunicació on cal continuar treballant en les següent línies:

- **Informar** amb claredat, ordre i freqüència de les mesures de desconfinament progressiu, seguiment i avaluació adoptades i els resultats obtinguts fruit d'aquestes mesures. Per una bona cooperació i coresponsabilitat es necessita crear un clima de confiança, transparència, lideratge i rigor. Alhora, la comunicació permanent amb la resta d'institucions, agents socials i mitjans és imprescindible per al compliment de les decisions preses i la cooperació dels agents locals.
- **Apoderar i sensibilitzar**, assegurant el coneixement públic (general i per col·lectius concrets) de les mesures de prevenció i protecció, els diferents recursos disponibles i la identificació i seguiment de simptomatologies associades a la COVID. Assegurar el coneixement dels canals oficials digitals, telefònics o presencials d'informació, consulta, autoregistre o atenció on poden accedir per resoldre dubtes o informar-se (canalsalut.gencat.cat, LaMevaSalut, stopCOVID19cat, gestioemocional.cat, canal Salut a Telegram, etc).
- **Intensificar** els entorns de comunicació directa i atenció ciutadana multicanal (notificar i consultar) i lateral (suport comunitari) amb els diferents col·lectius, conèixer les preocupacions i necessitats, integrar i fer-los participants de l'estratègia i de processos de co-innovació o innovació ciutadana.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

NORMATIVA DE REFERÈNCIA:

- Real Decreto-ley 6/2020, de 10 de marzo, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en el ámbito económico y para la protección de la salud pública.
- Real Decreto-ley 7/2020, de 12 de marzo, por el que se adoptan medidas urgentes para responder al impacto económico del COVID-19.
- Real Decreto-ley 9/2020, de 27 de marzo, por el que se adoptan medidas complementarias, en el ámbito laboral, para paliar los efectos derivados del COVID-19.
- Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19
- Real Decreto-ley 10/2020, de 29 de marzo, por el que se regula un permiso retribuido recuperable para las personas trabajadoras por cuenta ajena que no presten servicios esenciales, con el fin de reducir la movilidad de la población en el contexto de la lucha contra el COVID-19
- Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Orden TMA/254/2020, de 18 de marzo, por la que se dictan instrucciones en materia de transporte por carretera y aéreo
- Orden INT/284/2020, de 25 de marzo, por la que se modifica la Orden INT/262/2020, de 20 de marzo, por la que se desarrolla el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, en materia de tráfico y circulación de vehículos a motor
- Orden TMA/263/2020, de 20 de marzo, por la que se regula la adquisición y distribución de mascarillas por parte del Ministerio de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana
- Orden TMA/278/2020, de 24 de marzo, por la que se establecen ciertas condiciones a los servicios de movilidad, en orden a la protección de personas, bienes y lugares.
- Resolución de 2 de abril de 2020, de la Dirección General de Transporte Terrestre, por la que se dictan instrucciones para la distribución de las mascarillas en el ámbito del transporte.
- RESOLUCIÓ TSF/759/2020, de 22 de març, per la qual es concreten les mesures de distància entre treballadors i treballadores i amb les persones usuàries amb les quals interactuen en els centres de treball, de la Generalitat de Catalunya
- PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-COV-2) de 30/04/2020 del Ministeri de Sanitat (col·laboren entre d'altres entitats Ministeri de Treball, CCOO i UGT)



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

- Directrices de buenas prácticas en los centros de trabajo. Medidas de prevención de contagios del COVID-19. Ministerio de Sanidad.
- Procediment d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2. Actualització 2.4.2020
- Guia d'actuació i col·laboració dels Serveis de prevenció de riscos laborals per fer front a la pandèmia de COVID-19 27.03.2020. Servei de Coordinació d'Actuacions de Salut Laboral
- Recomanacions a les empreses enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2. 6 de març de 2020. Institut Català de Seguretat i Salut Laboral
- Recomanacions per a empreses i persones treballadores sobre actuacions vinculades a les situacions que es puguin produir per l'efecte del coronavirus SARS-CoV-2. 12 de abril de 2020. Consell de Relacions Laborals de Catalunya
- Guia d'actuació i col·laboració dels serveis de prevenció de riscos laborals per fer front a la pandèmia de COVID-19. 27 de març de 2020. Generalitat de Catalunya. Departamento de Salut.
- Ordre SND/404/2020 del 11 de Maig de 2020
- Orden TMA 384/2020 de 3 de mayo por la que se dictan las instrucciones de uso de mascarillas en el transporte público.
- Orden TMA/400/2020, de 9 de mayo, por la que se establecen las condiciones a aplicar en la fase I de la desescalada en materia de movilidad y se fijan otros requisitos para garantizar una movilidad segura.
- Orden SND/399/2020, de 9 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional, establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de la fase 1 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad.
- Orden SND/414/2020, de 16 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de la fase 2 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad.



Transports Metropolitans
de **Barcelona**

SST

Salut i seguretat
en el treball

Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

Annexa 1. Informació sobre els tipus de mascaretes i instruccions sobre la manera de posar i treure sense risc.

Informació sobre com col·locar i treure els guants de protecció

Pel que respecta a la informació respecte a la utilització de mascaretes de protecció durant la pandèmia produïda pel SARS-CoV-2, cal distingir dos tipus de màscares:

a) Màscares que NO són EPI:

- Màscares quirúrgiques. Es tracta de màscares homologades de polipropilè, fibres sintètiques i teixits tècnics o amb tractaments específics. La protecció que ofereixen és de dintre cap a fora, és a dir, evita la emissió d'aerosols respiratoris i, per tant, la dispersió del virus en cas d'estar infectada la persona que la porta, però no protegeix al portador d'un contagi.
- Màscares tèxtils sense homologació. Les màscares de tela que no disposen de certificació no serveixen per evitar dispersió dels aerosols generats pel portador. Es pot fer ús d'una màscara tèxtil d'aquest tipus de forma SIMULTÀNIA amb un altre tipus de màscara per augmentar la seva vida útil. La col·locació de la màscara de tela estarà per sobre del sistema de protecció.

b) Màscares de protecció que poden utilitzar-se com EPIs:

Es tracta de les màscares homologades del tipus KN95, FFP2, FFP3, A1P2, A2P3 i N95. Ofereixen protecció de fora cap a dintre i dintre cap a fora si son sense vàlvula perquè eviten, també, l'emissió d'aerosols respiratoris a l'ambient i per tant del virus.

Aquestes mascaretes son les que protegiran al seu portador davant de possibles contagis de terceres persones que no mantinguin la distància de seguretat.

Les màscares amb vàlvula no eviten l'emissió d'aerosols respiratoris a l'ambient i per tant, permet que la persona que la porti pugui contagiar a la resta.

Com a norma general, quan els treballadors i treballadores estiguin desenvolupant activitats a distància menor que la mínima interpersonal de 2 metres, aquests hauran de fer ús de com a mínim màscara quirúrgica.

Es important que treballadors les persones que executin l'activitat, o desplaçament en vehicle, o altri a distància inferior a 2 metres, utilitzin el mateix tipus de màscara, per evitar algunes possibles combinacions de màscara que no garanteixin l'efecte de protecció.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

	INFOGRAFIA MONOGRÀFICA: EQUIP DE PROTECCIÓ RESPIRATORIA	Servei de Prevenció Data: 6/04/2020 Pàgina: 1 de 1
--	--------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------

SUMA VISUAL D'EQUIPS DE PROTECCIÓ RESPIRATORIA DAVANT EL SARS-COV-2 (COVID-19)

Aquesta guia pretén presentar d'una forma senzilla i clara les consideracions que s'han de tenir en compte a l'hora de fer ús d'un equip de protecció respiratòria davant la situació actual de Pandèmia COVID-19

SISTEMES DE PROTECCIÓ RESPIRATORIA AUTOFILTRANTS					
FFP2 i FFP3 AMB VÀLVULA	FFAIP2 i FFAIP3 AMB VÀLVULA	MÀSCARA N95	MÀSCARA KN95	MÀSCARA QUIRÚRGICA	MÀSCARA DE TELA TIPUS SANITARI
Certificació Europea UNE-EN149 i UNE-EN143 si disposa de filtre	Certificació Europea UNE-EN149 i UNE-EN143 si disposa de filtre	Certificació Americana NIOSH-42CFR84	Certificació Xinesa GB2626-2006	Certificació Europea UNE-EN14683	S'ajusta al requisit de funcionament de la norma UNE-EN14683 per a màscares quirúrgiques en els escajos 5.2.2, 5.2.3 i 5.2.4
Protecció del portador davant organismes infecciosos					
✓	✓	✓	✓	✗	✗
Protecció pels contactes. Evita contagiar evitant l'emissió d'organismes infecciosos					
Amb vàlvula	Sense Vàlvula	Amb vàlvula	Sense Vàlvula	Amb vàlvula	Sense Vàlvula
✗	✓	✗	✓	✗	✓
Consideracions					
Es consideren equip de protecció respiratòria (EPR) i han passat les homologacions pertinents per ser comercialitzats i utilitzats a la unió europea.		Es consideren equip de protecció respiratòria (EPR) però no han passat les homologacions europees pertinents per ser utilitzats. No obstant, donat la situació actual (Pandèmia COVID-19) la Administració de l'Estat han autoritzat de forma temporal i excepcional el seu ús.		Aquests sistemes NO es consideren un EPR. No obstant, hi ha màscares quirúrgiques que poden protegir addicionalment al personal front a possibles esputades de fluids biològic (Tipus IR) però no mai front aerosols. L'objectiu d'aquestes és minimitzar la transmissió del virus i altres microorganismes patògens que s'expulsen per via respiratòria.	
Eficàcia mínima del material filtrant					
FFP2 i FFAIP2	FFP3 i FFAIP3	N95	KN95	Màscara quirúrgica	Màscara de tela tipus sanitari
92%	98%	95%	95%	N/A ¹	N/A
INFORMACIÓ SOBRE ELS SISTEMES DE PROTECCIÓ RESPIRATORIA AUTOFILTRANTS					
Vàlvula d'exhalació d'aire		Consideracions d'ús i conservació			
		<ul style="list-style-type: none"> - És molt important rentar-se les mans amb aigua i sabó abans de col·locar-se la protecció respiratòria - Durant l'ús de la màscara s'ha d'evitar tocar-la amb les mans en cap moment. 		<ul style="list-style-type: none"> - En cas de prestació de primers auxilis, a més de la protecció respiratòria es farà ús de guants de protecció. - Tant la protecció respiratòria com els guants es gestionaran com a residu després d'atendre a la persona. Es gestionaran com a residu biocontaminat de classe III. 	
<p>Algunes màscares poden presentar una vàlvula d'exhalació. Aquesta, és el punt de sortida de l'aire respirat pel portador. Aquest aire exhaleït NO és filtrat. És per aquest motiu que aquests tipus de màscares NO PODEN ser utilitzades per persones que tinguin o puguin presentar simptomatologies relacionades amb el COVID-19.</p>		<p>Amb excepció de la màscara de tela de tipus sanitari, NO es reutilitzarà cap de les altres sistemes de protecció respiratòria proposats. La màscara de tela de tipus sanitari es pot tornar a reutilitzar després de rentar-la al final de l'ús. Per conservar les propietats hidrofòbiques del teixit "Gianty Mesh" és molt important seguir les instruccions de fabricant sobre com netejar-la.</p>		<p>Procediment per rentar les màscares de tela</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Preparar un recipient amb aigua tibia i una mica de sabó neutre. Dissoldre el sabó i remoure bé fins a obtenir escuma. 2. En aquest moment remullar la màscara i deixar-la durant cinc minuts submergida. 3. Esbandir amb aigua de l'aigua i escórrer amb el màxim de cura mla. 4. Aqueçar amb un asseccador de cabell i estendre-la. 5. Planar a 140 graus (Planar a la màxima temperatura de la planxa) 	

¹ No Aplica: Aquest tipus de màscara no disposa d'aquest paràmetre ja que al no considerar-se un EPR i no ser un producte sanitari no es realitza proves per determinar la seva eficàcia mínima filtrant. El principal objectiu de la màscara quirúrgica és protegir a l'entorn dels aerosols que el portador pugui generar durant la seva exhalació. També pot protegir el portador davant d'esputades de fluids biològics.



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat


	NOTA PREVENTIVA SOBRE LES MASCARES DE TELA DE TIPUS SANITARI	Servei de Prevenció Data: 06.04.2020 Pàgina: 1 de 1
--	---------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------

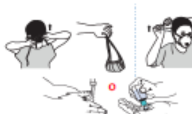
MASCARES DE TELA DE TIPUS SANITARI



Requisits de funcionament segons UNE-EN14933 per eficàcia de filtració bacteriana, respirabilitat i resistència a les esputades

- CONDICIONS D'ÚS**
- L'objectiu principal de la màscara de tipus sanitari és protegir a l'entorn dels aerosols que el portador pugui generar durant la seva exhaleció. També pot protegir al portador davant d'esputades de fluids biològics.
 - És molt important rentar-se les mans amb aigua i sabó abans de col·locar-se la protecció respiratòria.
 - Durant l'ús de la màscara s'ha d'evitar tocar-la amb les mans en cap moment.
 - Les màscares de tela de tipus sanitari NO es consideren un EPI. No obstant, hi ha màscares de tela de tipus sanitari que poden protegir addicionalment al personal front a possibles esputades de fluids biològics (Tipus IR). Aquesta prestació addicional no implica protecció front a la inhalació d'un aerosol líquid.
 - Aquest tipus de màscares es poden reutilitzar després de rentar-les. És molt important seguir les instruccions del fabricant sobre com netejar-les ja que així podran conservar les seves propietats bactericides.

- SEQÜÈNCIA DE COL·LOCACIÓ DE LA MASCARA**
1. Preparar un recipient amb aigua tèbia i una mica de sabó neutre. Dissoldre el sabó i remoure bé fins a obtenir escuma.
 2. En aquest moment emullar la màscara i deixar-la durant cinc minuts submergida.
 3. Estendre amb aigua de l'aixeta i escórrer amb el màxim de cura mb.
 4. Assecat amb un assecador de cabell o estendre-la.
 5. Plançar a 140 graus (Plançar a la màxima temperatura de la planxa).
- 

- SEQÜÈNCIA D'EXTRACCIÓ DE LA MASCARA**
1. Si s'han fet ús de guants, s'han d'extreure primer aquest abans de la màscara.
 2. NO TOCAR la part frontal de la màscara.
 3. Conduir les bandes i/o deslligar les bandes per la part posterior del cap sense tocar la part frontal.
 4. Rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb una solució alcohòlica immediatament després de l'extracció de la màscara.
- 


	NOTA PREVENTIVA SOBRE LES MASCARES QUIRURGÍQUES	Servei de Prevenció Data: 06.04.2020 Pàgina: 1 de 1
--	--------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------


MASCARES QUIRURGÍQUES



Certificació UNE-EN14933

- CONDICIONS D'ÚS**
- L'objectiu principal de la màscara quirúrgica és protegir a l'entorn dels aerosols que el portador pugui generar durant la seva exhaleció. També pot protegir al portador davant d'esputades de fluids biològics.
 - És molt important rentar-se les mans amb aigua i sabó abans de col·locar-se la protecció respiratòria.
 - Durant l'ús de la màscara s'ha d'evitar tocar-la amb les mans en cap moment.
 - Les màscares quirúrgiques són un producte sanitari i NO es consideren un EPI. No obstant, hi ha màscares quirúrgiques que poden protegir addicionalment al personal front a possibles esputades de fluids biològics (Tipus IR). Aquesta prestació addicional no implica protecció front a la inhalació d'un aerosol líquid.
 - Aquest equip es considera d'un sol ús i per tant NO reutilitzable.

- SEQÜÈNCIA DE COL·LOCACIÓ DE LA MASCARA**
1. Rentar-se les mans abans de col·locar-se la protecció respiratòria.
 2. A l'hora de col·locar-se la màscara la part que presenta coloració mirant cap a l'entorn. Guiar tocar amb la part interior de les màscares (zona de respiració).
 3. Assegurar les tires o les bandes elàstiques a la meitat del cap i el coll.
 4. Ajustar la banda flexible del pont de nas de forma ajusti el millor possible.
 5. Ajustar la part inferior de la protecció a la barbetta.
 6. La barba pot disminuir l'eficàcia de la màscara.
 7. NO TOCAR la part darrere de la màscara durant el seu ús.
 8. En cas de fer ús també de guants, és important col·locar-se la màscara abans dels guants.
- 

- SEQÜÈNCIA D'EXTRACCIÓ DE LA MASCARA**
1. Si s'han fet ús de guants, s'han d'extreure primer aquest abans de la màscara.
 2. NO TOCAR la part frontal de la màscara.
 3. Deslligar les bandes i/o deslligar les bandes per la part posterior del cap sense tocar la part frontal.
 4. Rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb una solució alcohòlica immediatament després de l'extracció de la màscara.
- 

	NOTA PREVENTIVA: MASCARA FILTRANT KN95	Servei de Prevenció Data: 07.04.2020 Pàgina: 1 de 1
--	-----------------------------------------------	-----------------------------------------------------------


MASCARA FILTRANT KN95



Certificació GB2005-2006, EN 8535 A LA RECOMANACIÓ DE LA UNIO EUROPEA RECOMENDACION (UE) 2020/403 DE LA COMISSIÓ, per l'atenuació del Covid-19

- CONDICIONS D'ÚS**
- El principal objectiu de la màscara filtrant, com a EPI, és donar protecció entorn al risc que correspongui, en aquest cas de partícules i bioaerosols (SARS-CoV-2), que es troben en suspensió a l'aire. També protegir al portador davant d'esputades de fluids biològics.
 - El material filtrant d'aquesta protecció disposa d'una eficàcia de filtració superior al 95%, segons norma GB2005-2006.
 - Nivell de protecció recomanat en àmbit sanitari per l'atenció a persones en cas d'infecció per SARS-CoV-2.
 - És molt important rentar-se les mans amb aigua i sabó abans de col·locar-se la protecció respiratòria, i posteriorment a la retirada de la màscara.
 - NO TOCAR la màscara amb les mans durant el seu ús, encara que s'estigui utilitzant guants de seguretat.
 - Cal destacar que aquest equip **NO** disposa de vàlvula d'exhalació.
 - Aquest equip es considera d'un sol ús i per tant NO reutilitzable.

- SEQÜÈNCIA DE COL·LOCACIÓ DE LA MASCARA FILTRANT KN95**
1. Rentar-se les mans abans de col·locar-se la protecció respiratòria.
 2. Evitar tocar amb la part interior de les màscares (zona de respiració).
 3. Assegurar les tires o les bandes elàstiques darrere la nuca (superior) i al coll (inferior).
 4. Ajustar la banda flexible del pont de nas de forma ajusti el millor possible.
 5. Ajustar la part inferior de la protecció a la barbetta.
 6. Assegurar que tot l'aire d'entrada entra pel filtre.
 7. La barba pot disminuir l'eficàcia de la màscara.
 8. En cas de fer ús també de guants, és important col·locar-se la màscara abans dels guants.
- 

- SEQÜÈNCIA D'EXTRACCIÓ DE LA MASCARA FILTRANT KN95**
1. Si s'han fet ús de guants, s'han d'extreure primer aquest abans de la màscara.
 2. NO TOCAR la part frontal de la màscara.
 3. S'extreuran primer la cinta de darrere el coll (inferior), i posteriorment la de darrere la nuca (superior).
 4. Rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb una solució alcohòlica immediatament després de l'extracció de la màscara.
- 

	NOTA PREVENTIVA: MASCARA FILTRANT FFP2	Servei de Prevenció Data: 07.04.2020 Pàgina: 1 de 1
--	-----------------------------------------------	-----------------------------------------------------------


MASCARA FILTRANT FFP2



Certificació UNE-EN 149-2001-A1:2009

- CONDICIONS D'ÚS**
- El principal objectiu de la màscara filtrant, com a EPI, és donar protecció entorn al risc que correspongui, en aquest cas de partícules i bioaerosols (SARS-CoV-2), que es troben en suspensió a l'aire. També protegir al portador davant d'esputades de fluids biològics.
 - El material filtrant d'aquesta protecció disposa d'una eficàcia de filtració superior al 95%, segons norma EN-149:2001.
 - Nivell de protecció recomanat per part de l'Atenció de Sanitat en àmbit sanitari d'atenció a persones en cas d'infecció per SARS-CoV-2.
 - És molt important rentar-se les mans amb aigua i sabó abans de col·locar-se la protecció respiratòria, i posteriorment a la retirada de la màscara.
 - NO TOCAR la màscara amb les mans durant el seu ús, encara que s'estigui utilitzant guants de seguretat.
 - Cal destacar que aquest equip disposa de vàlvula d'exhalació. Aquest sistema, permet l'exhalació directa de l'aire a l'entorn per part de la persona que en faci ús. No s'han de permetre ús a persones amb símptomes de la malaltia Covid-19 (tos, febre, mal de cap).
 - Aquest equip es considera d'un sol ús i per tant NO reutilitzable.

- SEQÜÈNCIA DE COL·LOCACIÓ DE LA MASCARA FILTRANT FFP2**
1. Rentar-se les mans abans de col·locar-se la protecció respiratòria.
 2. Evitar tocar amb la part interior de les màscares (zona de respiració).
 3. Assegurar les tires o les bandes elàstiques darrere la nuca (superior) i al coll (inferior).
 4. Ajustar la banda flexible del pont de nas de forma ajusti el millor possible.
 5. Ajustar la part inferior de la protecció a la barbetta.
 6. Assegurar que tot l'aire d'entrada entra pel filtre.
 7. La barba pot disminuir l'eficàcia de la màscara.
 8. En cas de fer ús també de guants, és important col·locar-se la màscara abans dels guants.
- 

- SEQÜÈNCIA D'EXTRACCIÓ DE LA MASCARA FILTRANT FFP2**
1. Si s'han fet ús de guants, s'han d'extreure primer aquest abans de la màscara.
 2. NO TOCAR la part frontal de la màscara.
 3. S'extreuran primer la cinta de darrere el coll (inferior), i posteriorment la de darrere la nuca (superior).
 4. Rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb una solució alcohòlica immediatament després de l'extracció de la màscara.
- 



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

SEQÜÈNCIA DE COL·LOCACIÓ DELS EQUIPS DE PROTECCIÓ

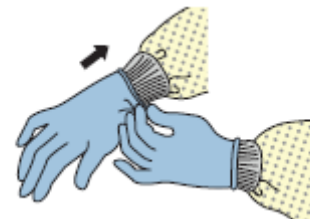
1. PROTECCIÓ RESPIRATÒRIA

- Rentar-se les mans abans de col·locar-se la protecció respiratòria
- Assegurar les tires o les bandes elàstiques a la meitat del cap i el coll
- Ajustar la banda flexible del pont de nas de forma ajusti el millor possible
- Ajustar la part inferior de la protecció a la barbata
- En cas màscares autofiltrants, assegurar que tot l'aire d'entrada entra pel filtre
- La barba pot disminuir la eficàcia de la mascareta



2. GUANTS

- Col·locar els guants per sobre de la roba en cas de disposar de màniga llarga (recomanat)
- Limitar al mínim les superfícies que s'han de tocar amb els guants per evitar al màxim la contaminació
- Mantenir les mans allunyades de la cara



Pla de salut i seguretat per la transició del confinament, desconfinament gradual i nova normalitat

EXTRACCIÓ SEGURA DELS EQUIPS DE PROTECCIÓ

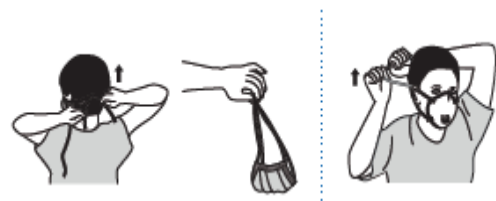
1. GUANTS

- Tenir cura a l'extracció ja que la superfície exterior dels guants poden estar contaminants
- Si durant l'extracció dels guants es contaminen les mans rentar-les immediatament amb sabó o amb una solució alcohòlica de neteja de mans
- Extracció: agafar l'àrea de la palma de mà i extreure el guant del revés. Després, amb la mà sense guant introduir un dit a la cara inferior del guant i extreure el guant restant per la part inferior. Deixar que el segon guant envolti al primer obtenint al final un paquet amb els dos guants i la superfície exterior del paquet sigui la banda interior del guant.



2. PROTECCIÓ RESPIRATORIA

- La part frontal podria estar contaminada, **NO TOCAR!**
- Si durant l'extracció de la màscara es contaminen les mans, rentar-les immediatament amb sabó o amb una solució alcohòlica de neteja de mans
- Desajustar les bandes i/o deslligar les bandes per la part posterior del cap sense tocar la part frontal



3. RENTAR-SE LES MANS AMB AIGUA I SABÓ O AMB UNA SOLUCIÓ ALCOHÒLICA INMEDIATAMENT DESPRÉS DE L'EXTRACCIÓ DE LES PROTECCIÓNS

