

*Programa Conjunto: Fortalecimiento de la Estrategia Puente al Desarrollo, para romper el ciclo de pobreza a nivel local, con perspectiva de género y ambiental*



**Guía para la implementación del Protocolo de prevención y mitigación de la COVID-19 en los lugares de trabajo del Instituto Mixto de Ayuda Social de Costa Rica**

La presente guía ha sido posible gracias a la colaboración del “Programa Conjunto: Fortalecimiento de la Estrategia Puente al Desarrollo para romper el ciclo de pobreza a nivel local, con perspectiva de género y ambiental”, alianza estratégica entre el Gobierno de Costa Rica y el Sistema de las Naciones Unidas. A través las agencias PNUD, FAO, OIT y ONU Mujeres, con el financiamiento del Fondo Conjunto para los Objetivos de Desarrollo Sostenible, se trabaja en los cantones de Buenos Aires, Puntarenas y Limón para avanzar en la igualdad de género y la integración socioeconómica de las mujeres."

Dirección creativa de la guía: Carla Ramírez Brunnetti, comunicadora y experta en perspectiva de género

Elaboración de la guía: Dagoberto Rojas

Supervisión técnica: Sofía Salas, José Francisco Ortiz

Revisión técnica de IMAS: Diana Rebeca Vargas Garita, Catalina León Vásquez, Verónica Cristina Gamboa Lizano

Revisión de la perspectiva de género interseccional: María Lourdes Xirinachs, Aurora Camacho

Diseño, ilustración y diagramación: Juan Pablo Palomo, Boggart Producciones

# Contenidos

1. Prólogo	4
2. Introducción	5
3. Objetivo general	5
4. Objetivos específicos	6
5. Información general sobre COVID-19	5
¿Qué es la COVID-19?	6
Sintomatología	7
Formas de contagio	7
Principales personas en riesgo	8
Tratamiento para COVID-19	8
6. Riesgos y medidas de prevención y mitigación COVID-19	9
6.1. Protocolo de acceso y permanencia de personas trabajadoras del IMAS	11
6.2. Hábitos de higiene en el lugar de trabajo	12
6.3. Distanciamiento entre personas en el lugar de trabajo	13
6.4. Equipo de protección personal	15
6.5. Condiciones de higiene y limpieza	15
6.6. Instalaciones higiénico-sanitarias	16
6.7. Transporte público	17
6.8. Giras de trabajo	18
6.9. Protocolo manejo de casos COVID-19	18
6.10. Comunicación	20
6.11. Recomendaciones para el autocuidado de las personas funcionarias.	21
7. Anexos o recursos complementarios	23
Referencias	33

# Prólogo

En el marco de la declaratoria de estado emergencia nacional producto de la pandemia de la COVID-19 –oficializada mediante Decreto ejecutivo núm. 42227-MP-S, y considerando sus características y las formas diversas de contagio del virus, el Ministerio de Salud, como ente rector, ha definido medidas sanitarias preventivas para responder ante el contagio en un centro de trabajo.

En este contexto, el Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS) ha dispuesto aplicar las directrices y lineamientos sanitarios en torno a la COVID-19 establecidos por el Ministerio de Salud y demás instituciones que trabajan conjuntamente con la Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencia.

Para ello, ha unido esfuerzos con el Sistema de Naciones Unidas, en el marco del “Programa Conjunto: Fortalecimiento de la Estrategia Puente al Desarrollo para romper el ciclo de pobreza a nivel local, con perspectiva de género y ambiental” financiado por el Fondo Conjunto para los Objetivos de Desarrollo Sostenible, para elaborar la presente guía, dirigida a las personas que trabajan en las oficinas del IMAS de todo el país, así como en las oficinas de empresas comerciales del IMAS, pero que a su vez impacta en la seguridad y tranquilidad del proceso de atención integral e interacción institucional. Este aporte responde al compromiso del Sistema de Naciones Unidas en Costa Rica de apoyar al Gobierno de Costa Rica y sus instituciones a enfrentar los retos y atender los impactos de la pandemia por COVID-19, y a reforzar las medidas de prevención de riesgo.

Para reducir el impacto de la pandemia de la COVID-19 es fundamental contar con instrumentos de información pertinente sobre las características de esta enfermedad y las medidas que deben implementarse en los lugares de trabajo. Con ellos se protegerá la salud de las personas trabajadoras, y que las oficinas y empresas del IMAS brinden sus servicios de forma segura cumpliendo con lineamientos específicos para prevenir y contener la COVID-19 como parte de las medidas de la gestión en salud ocupacional y de medicina del trabajo.

La guía se ha diseñado a partir de lo descrito en el protocolo de la institución y permite orientar las medidas que deben tomarse en los lugares de trabajo, complementando la información proporcionada por las autoridades sanitarias nacionales y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Además, fortalece y complementa las medidas adoptadas por diferentes instituciones con respecto a la emergencia sanitaria y que trabajan de manera conjunta con la Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias: el Ministerio de Salud, la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS), el Consejo de Salud Ocupacional (CSO), el Ministerio de Seguridad Pública (MSP), el Ministerio de Economía Industria y Comercio (MEIC), entre otras.

Reiteramos el llamado a no bajar la guardia en los espacios individuales, familiares, comunitarios y laborales, y a seguir con conciencia y rigurosidad las medidas sanitarias que nos permitan seguir cumpliendo nuestra misión conjunta, tanto como institución y también como país.

Esta guía será un instrumento valioso de consulta y referencia que permitirá la continuidad de los servicios que brinda el IMAS a través de sus lugares de trabajo de forma segura, reduciendo el riesgo de exposición y la transmisión de la COVID-19.

Juan Luis Bermudez Madriz  
Presidente Ejecutivo  
Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS)

Allegra Baiocchi  
Coordinadora Residente  
Sistema Naciones Unidas en Costa Rica

# Introducción

La Guía para la implementación del protocolo de prevención y mitigación de la COVID-19 en los lugares de trabajo del Instituto Mixto de Ayuda Social de Costa Rica brinda información clara que permitirá desarrollar acciones concretas ante la pandemia en el país, de manera que se reconozcan y atiendan los riesgos específicos a los que se pueden exponer las personas trabajadoras en los lugares de trabajo; así como las posibles fuentes de exposición, las medidas preventivas y de mitigación y otros aspectos relacionados con la enfermedad.

Durante una situación de emergencia sanitaria como esta, es prioridad para el país proteger la salud y seguridad de las personas trabajadoras y disponer de protocolos específicos para la reactivación y continuidad de las actividades productivas. En este caso, las acciones de prevención y mitigación ante la COVID-19 entran dentro de las actividades de evaluación de riesgos biológicos y complementan las medidas de salud ocupacional ya implementadas en la institución.

La presente guía ofrece información general sobre la enfermedad causada por el coronavirus SARS-CoV-2, describe el marco normativo y los lineamientos de aplicación obligatoria asociados a la COVID-19 para todos los lugares de trabajo que operan en el país y plantea los elementos de seguridad y salud para la efectiva elaboración e implementación de un Plan de preparación y respuesta para la prevención y mitigación de la COVID-19.

Finalmente, esta guía podrá utilizarse como herramienta de referencia y consulta para desarrollar en los lugares de trabajo sus propias medidas de prevención y mitigación de la COVID-19 de conformidad con sus necesidades y condiciones, la complejidad y características particulares de las tareas que se realizan. De esta manera, les facilitarán los procesos de reactivación y continuidad de sus actividades y servicios.

## Objetivo general

**Garantizar la continuidad de la atención a las personas usuarias y la seguridad del personal del Instituto Mixto Ayuda Social mediante una herramienta práctica para identificar los riesgos y definir las acciones de prevención y mitigación de la COVID-19 en los lugares de trabajo del IMAS"**

---

2. Pandemia: Es la propagación mundial de una nueva enfermedad epidémica que ataca muchos países o muchos individuos a lo largo de un área geográficamente extensa. Una epidemia es la presencia de una enfermedad con frecuencia inusualmente mayor dentro de un área geográfica o un determinado país y durante un periodo de tiempo.

## Objetivos específicos

**1. Difundir información general sobre la enfermedad Covid-19 y cómo prevenir y mitigar el contagio en los lugares de trabajo del IMAS.**

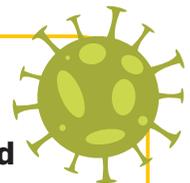
**2. Presentar el marco normativo y lineamientos de aplicación obligatoria asociados a la COVID-19 en todos los lugares de trabajo del IMAS que desarrollan operaciones en el territorio nacional.**

**3. Establecer las medidas de prevención y mitigación que permitan realizar el trabajo de forma segura y la efectiva continuidad de los servicios que se brindan en los lugares de trabajo.**

## Información general sobre la Covid-19

### ¿Qué es la Covid-19?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es una enfermedad respiratoria nueva causada por el coronavirus SARS-CoV-2 que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente la propagación se da entre personas a través del aire al toser y estornudar, al tocar o estrechar la mano de una persona enferma o al tocar un objeto o superficie con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos antes de lavarse las manos.



# Sintomatología



Los síntomas más comunes de la COVID-19 son fiebre, cansancio, tos seca, malestar general y dolor de cabeza.

Algunas personas contagiadas pueden presentar dolor de garganta, congestión nasal, diarrea o dificultad para respirar. Recientemente se han adicionado síntomas como la pérdida del olfato (anosmia) y el cambio en la percepción del gusto (disgeusia).

Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal; aun así, pueden transmitir el virus a otras personas. La mayoría de las personas que contraen la enfermedad presentan síntomas leves y se recuperan.

Alrededor del 80% se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial; y el resto de personas que contraen la COVID-19 –esto es, 1 de cada 5– tiene dificultad para respirar, desarrolla una enfermedad grave y puede requerir atención hospitalaria.

## Formas de contagio



## Principales personas en riesgo

El contagio de la COVID-19 pone en condiciones de mayor vulnerabilidad o riesgo a las siguientes personas:

- Las personas adultas mayores de 60 años.
- Las personas con enfermedades preexistentes como diabetes, hipertensión, enfermedad cardíaca o pulmonar.
- Las personas con inmunosupresión (con cáncer o VIH, por ejemplo).
- Las mujeres embarazadas.



## Tratamiento para la COVID-19



Actualmente no existe una vacuna o tratamiento específico para las personas con la COVID-19; únicamente se tratan los síntomas. Los casos de mayor gravedad pueden ser hospitalizados y requerir oxígeno suplementario y ventilación mecánica.

## **6. Riesgos y medidas de prevención y mitigación de la COVID-19**

El protocolo institucional tiene como finalidad guiar la implementación de las acciones necesarias para la prevención y mitigación de la enfermedad COVID-19 en los lugares de trabajo.

Las acciones de prevención y mitigación se revisarán y ajustarán de forma periódica en función de la evolución epidemiológica de la enfermedad y la fase de alerta, basándose en las fuentes oficiales de información: la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Ministerio de Salud de Costa Rica.

Es importante considerar todos los posibles riesgos de contagio del coronavirus SARS-CoV-2 a los que se pueden exponer las personas. Para ello se presentan ejemplos relativos a los riesgos y posibles fuentes de contagio a los que se pueden exponer las personas trabajadoras del IMAS en los diferentes lugares y puestos de trabajo.

## Lugares y puestos de trabajo

## Posibles fuentes de contagio

### Personal que visita hogares



- Durante el trayecto a los hogares que visitan.
- Contacto con superficies contaminadas en los hogares (muebles, perillas de puertas, inodoros, teléfonos y cualquier otra superficie con la que mantenga contacto).
- Contacto con personas enfermas en los hogares. No cumplimiento de protocolo de tos/estornudo de las personas que integran la familia de los hogares visitados.
- Ausencia o uso inadecuado de los equipos de protección personal (mascarilla).

### Personal de oficinas



- Hacinamiento e incumplimiento del distanciamiento físico en las oficinas.
- Falta de equipamiento permanente de los servicios sanitarios (jabón antibacterial, gel a base de alcohol, toallas de papel para el secado de manos y papel higiénico).
- Manejo y almacenamiento inadecuado de residuos sólidos dentro de las oficinas.
- Ausencia de casilleros para guardar los objetos personales de las personas trabajadoras (celulares, billetera y bolsos, entre otros).
- Uso inadecuado de los equipos de protección personal (mascarillas).
- No cumplir con el protocolo de lavado de manos.

### Personas de empresas comerciales



- Contacto directo del personal con las personas visitantes, así como con el dinero y las tarjetas para el pago de las compras.
- Manipulación de canastas sin desinfectarse por parte de clientes, así como de las cajas y bolsas usados para la entrega en las puertas de abordaje.
- Ausencia o uso inadecuado de los equipos de protección personal (mascarillas).
- Incumplimiento del distanciamiento físico de 1,80 m por parte de clientes al hacer filas en el área de cajas y de entrega de los productos adquiridos.
- Contacto directo de personal de trabajo directo y "display" con productos y mercadería manipulada por clientes.

## Lugares y puestos de trabajo

### Uso de transporte público

(Autobuses, trenes y taxis)



- Aglomeración de personas pasajeras por exceder la capacidad permitida en las unidades de transporte y personas usuarias que no desean viajar sentadas.
- Viajar con personas enfermas de COVID-19.
- Personas usuarias que incumplen el protocolo de tos y estornudo.
- Conductores y conductoras que no aplican el protocolo sobre lavado de manos y manipulan dinero que intercambian con personas pasajeras.
- Carencia de desinfectante en gel a base de alcohol al 70% para desinfección de manos.
- Autobuses con deficientes condiciones de limpieza y desinfección, contacto con superficies contaminadas.

Una vez realizada la identificación y evaluación de los riesgos de exposición a la COVID-19, se deben definir las medidas de prevención y mitigación necesarias en los lugares y puestos de trabajo para garantizar la seguridad y salud de las personas trabajadoras, durante la emergencia y en el periodo de reactivación y continuidad de las operaciones y servicios.

A continuación, se brinda una descripción general de las medidas que deben considerarse para prevenir y mitigar la COVID-19 en los lugares de trabajo:

### **6.1. Protocolo de acceso y permanencia de personas trabajadoras del IMAS y visitantes**

Recuerde la importancia de acatar todas las disposiciones sobre la COVID-19 indicadas para la permanencia dentro de la institución.

- Visitar otras oficinas de la institución (es decir, entre ULDES o de ARDS a oficinas centrales o viceversa) solo por razones estrictamente necesarias utilizando mascarilla.
- Favor acudir a la instancia y retirarse, en lo posible no visitar más dependencias de las que son necesarias. Esta medida debe respetarse en todas las oficinas centrales, regionales y administrativas de Empresas Comerciales.



- Recordar a las personas trabajadoras que para realizar un trámite solo se permitirá la entrada de una persona en la institución (excepto en casos especiales en que la persona necesite acompañamiento o ayuda).
- Utilizar, cuando exista, el lavamanos. Este debe tener jabón y toallas desechables y cesto de basura con tapa y pedal. En caso de no contar con lavamanos, deberá colocarse una estación de desinfección con alcohol en solución o gel.
- Prohibir, en la medida de lo posible, el uso de computadoras compartidas: cada persona deberá marcar en su computadora asignada. En caso de utilizar una computadora compartida, realizar desinfección de manos antes y después de utilizarla.
- Realizar el lavado de manos antes de iniciar cualquier labor (administrativa o de cualquier otro tipo) y en las siguientes situaciones: antes de preparar e ingerir los alimentos, después de utilizar el servicio sanitario, después de toser y estornudar, después de recolectar y disponer los residuos sólidos, luego de salir de las oficinas o visitar zonas públicas, después de tocar llaves, dinero o artículos personales.
- Utilizar el ascensor cumpliendo la restricción en el número de ocupantes: solo dos personas ya 1,8 metros de distancia entre ellas.

**RECUERDE:** Informe al personal del IMAS y a las personas visitantes sobre la importancia y obligatoriedad de cumplir las medidas de prevención y mitigación de la COVID-19 establecidas en la presente guía.

## 6.2. Hábitos de higiene en el lugar de trabajo

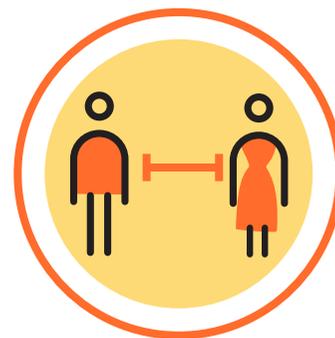
- Las personas funcionarias con síntomas o signos de resfrío o gripe no deben asistir a sus lugares de trabajo; deben informar a su jefatura inmediata y acudir a un centro de salud para su valoración.
- Todas las personas trabajadoras deben cumplir estrictamente el protocolo de lavado de manos, tos y estornudo, la limpieza constante de las áreas de trabajo y el seguimiento de todos los protocolos de higiene y limpieza indicados.
- Lavarse las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos; especialmente, después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Los productos de limpieza son biodegradables.
- El procedimiento de lavado de manos deberá de realizarse por todas las personas trabajadoras antes de iniciar cualquier labor (administrativa o de otro tipo) y antes de preparar e ingerir los alimentos, después de utilizar el servicio sanitario, después de recolectar y disponer los residuos sólidos, luego de salir de las oficinas o visitar zonas públicas, y después de tocar llaves, dinero o artículos personales.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.



- e) Los espacios de trabajo individuales no deben ser compartidos, ni siquiera en turnos secuenciales. Únicamente se puede hacer si a dichos espacios de trabajo se les aplica un protocolo riguroso de desinfección entre personas funcionarias.
- f) No compartir utensilios u objetos en el lugar de trabajo o de reunión, salvo que hayan pasado por un protocolo riguroso de desinfección entre personas funcionarias.
- g) Hacer el uso correcto y obligatorio del equipo de protección personal (EPP) que se les facilitó; en especial, quienes realicen atención al público en general.
- h) Mantener el distanciamiento físico entre sus compañeros y compañeras de trabajo en la medida de lo posible y a la hora de compartir en áreas comunes como comedores.
- i) Para quienes atienden al público:
  - Mantener la distancia de 1,8 metros de seguridad con la persona usuaria.
  - Utilizar mascarilla quirúrgica sino cuenta con barreras acrílicas como mamparas o vidrio.
  - Evitar el contacto físico directo con clientes, limitándolo a los objetos indispensables para brindar el servicio.
  - Después de la atención de cada cliente, utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol de al menos 70%. No se recomienda el empleo de guantes desechables, pues para reducir la probabilidad de transmisión de microorganismos es necesario cambiarlos con cada persona usuaria atendida, aplicando técnicas correctas para quitarlos y desecharlos.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
  - Cuando una persona cliente manifieste síntomas de gripe o resfrío, se le debe brindar una mascarilla quirúrgica. Tras atenderle, se recomienda lavar las manos siguiendo el protocolo y luego lavarse la cara con jabón y abundante agua.
  - Además de la limpieza general del local, se debe limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que entren en contacto con clientes, utilizando los productos y materiales antes recomendados.

### **6.3 Distanciamiento entre personas en el lugar de trabajo**

- a) Mantener en las diferentes unidades un aforo máximo del 50% de sus personas trabajadoras. Además, estas personas deben cumplir con la distancia de 1,8 metros.
- b) Si las personas deben hacer fila dentro de las instalaciones, velar para que mantengan la distancia de seguridad correcta de 1,8 metros entre persona y persona.
- c) En caso de que las personas usuarias del servicio deban esperar para ingresar al local, organizarlos en filas con la distancia de seguridad recomendada entre ellas. Cuando se disponga de personal de seguridad, este debe velar por la correcta aplicación de todas las medidas de seguridad e higiene.



- d) Marcar las sillas en las salas de espera para que mantengan la distancia de seguridad correcta de 1,8 metros entre una persona y otra.
- e) Asegurar que todos los espacios que reúnan personas funcionen al 50% de su capacidad o que se garantice cumplir con un distanciamiento de 1,8 metros entre personas.
- f) Establecer roles/horarios en los comedores o espacios similares dispuestos en la institución con la finalidad de mantener el aforo al 50%.
- g) Reorganizar el trabajo de manera que la mayoría de las atenciones sean virtuales o por teléfono; que las visitas de personas usuarias a las dependencias sean solo con cita o por urgencias, y que solo ingrese una persona (excepto aquellos casos en que no se pueda por razones especiales).
- h) Potenciar el teletrabajo en todos los puestos “teletrabajables” a fin de mantener el aforo del 50% en las oficinas.
- i) Respetar los lineamientos relacionados con las reuniones. Fomentar los mecanismos virtuales. En caso de ser presenciales, que duren menos de 1 hora; y siempre que seande más de 15 minutos, utilizar mascarilla.
- j) Realizar revisiones de los protocolos y modelos de atención a fin de cumplir con el aforo del 50% tanto de personas usuarias como de personas trabajadoras.
- k) Respetar los lineamientos con respecto a las giras. Solo se realizarán las estrictamente necesarias y viajarán únicamente dos personas por vehículo (el chofer o choferesa y la persona pasajera, atrás). Si las condiciones meteorológicas y de otra índole lo permiten, viajar con las ventanas abiertas.
- l) Instalar en todas las áreas de atención al público barreras rígidas y marcar líneas en el suelo para respetar el distanciamiento en las filas de espera para asegurar el distanciamiento y disminuir el riesgo de contagio al atender personas usuarias.
- m) Restringir en los ascensores el uso simultáneo a dos personas y con una distancia de 1,8 metros entre ellas.
- n) Indicar a las jefaturas que cada semana deben enviar una matriz que incluya la información de personas en vacaciones, en teletrabajo, con permisos o incapacitadas a fin de verificar el porcentaje de teletrabajo y el aforo en las oficinas.

**RECUERDE:** Informe al personal del IMAS y a las personas visitantes sobre la importancia y obligatoriedad de cumplir las medidas de prevención y mitigación de la COVID-19 establecidas en la presente guía.

## 6.4 Equipo de protección personal

Todas las personas expuestas a riesgos en los lugares de trabajo del IMAS deberán usar el equipo de protección personal, concretamente:

- a) Personas en las labores de limpieza y desinfección del equipo de protección personal indicado en la hoja de datos de seguridad de los productos utilizados en la institución. Personas que atienden público y no cuentan con una barrera acrílica y/o no pueden guardar la distancia de 1,8 metros.
- b) Personas que deben realizar visitas de campo/gira, visitas domiciliarias, trabajar con otros grupos de personas o visitar otras instituciones, entre otros, durante todo el tiempo que realice estas labores.
- c) Personas que deben realizar diligencias en lugares fuera de su espacio de trabajo dentro de la institución (llevar correspondencia, retirar suministros, realizar trámites administrativos y otros).
- d) Personas que participan en reuniones presenciales de más de 15 minutos.
- e) Personas que se encuentran en espacios cerrados con más de una persona, como oficinas, salas de reuniones y otros. Excepto en lugares destinados a ingerir alimentos, manteniendo la distancia de 1,8 m.



Además, se deben considerar las recomendaciones sobre la forma correcta de utilizar los equipos de protección personal: No usar barba, ni bigote; llevar amarrado el pelo largo durante la jornada laboral; y retirar todos los accesorios (joyería, carné de identificación, corbata u otros).

**RECUERDE:** Permita solamente el ingreso a los edificios a visitantes con el respectivo equipo de protección y utilice el equipo de protección personal cuando se encuentre fuera de la institución: al utilizar transporte público, al visitar lugares con mucha afluencia de personas y al atender a una persona sospechosa, probable o positiva por COVID-19.

## 6.5 Condiciones de higiene y limpieza

- a) Mantener la limpieza y desinfección de objetos o superficies. Entre reuniones o turnos de atención esta desinfección debe realizarse con mayor rigurosidad. Se deberá usar un desinfectante, gel a base de alcohol al 70% o solución con cloro o desinfectante.
- b) Desinfectar los lugares o estaciones de atención al público después de cada atención.

- c) No compartir los espacios de trabajo individuales, ni siquiera en turnos secuenciales. Hacerlo únicamente si se les aplica un protocolo riguroso de desinfección entre personas usuarias.
- d) Utilizar para la limpieza de aparatos electrónicos (teléfonos, pantallas, teclados, audífonos, mouse, celulares e impresoras, entre otros) una toalla limpia y desinfectante siguiendo las recomendaciones de quienes los fabrican.
- e) Usar implementos desechables para la limpieza y desinfección. En caso de utilizar implementos reutilizables, desinfectarlos con los siguientes productos: hipoclorito de sodio al 0,1% (dilución 1:50) si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%. Para las superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio, se puede utilizar alcohol de entre 60° y 70°.
- f) En todos los puestos de trabajo (escritorios, cubículos) de atención a clientes, proporcionar solución alcohólica para las personas funcionarias como una práctica transitoria hasta que pueda ir a lavarse las manos con agua y jabón.



**RECUERDE:** Si no se cuenta con suministro de agua para las labores de higiene y limpieza, se debe suspender la actividad de forma inmediata hasta que se reanude el suministro.

## 6.6 Instalaciones higiénico-sanitarias

- a) Estaciones de lavado de manos: Utilice, en los lugares de trabajo donde se cuenta, estaciones (pilas) para lavarse las manos y verifique que siempre cuenten con lo necesario:
- Agua y jabón para manos.
  - Secado de manos (toallas de papel o secador eléctrico de aire caliente).
  - Dispensadores de desinfectante en gel a base de alcohol al 70% para desinfección de manos.
  - Afiche con el protocolo de lavado de manos del Ministerio de Salud.
  - Basurero con tapa y con apertura de pedal.
- b) Servicios sanitarios: Colabore para disponer permanentemente de servicios sanitarios en adecuadas condiciones para todas las personas.



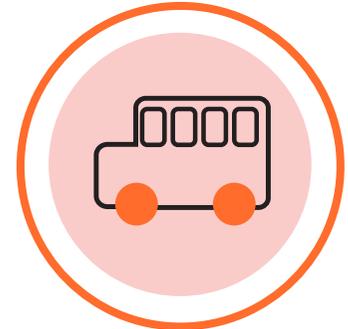


- Higiene, ventilación e iluminación.
- Agua y jabón para manos.
- Papel higiénico.
- Secado de manos (toallas de papel o secador eléctrico).
- Afiche con el protocolo de lavado de manos del Ministerio de Salud.
- Basurero con tapa y con apertura de pedal.

c) Comedores: Colabore para disponer permanentemente de comedores en adecuadas condiciones para el resto de funcionarios y funcionarias:

- Higiene, ventilación e iluminación.
- Estaciones de lavado de manos (agua, jabón, secado de manos).
- Dispensadores de desinfectante en gel a base de alcohol al 70%.
- Mantener en los comedores el aforo al 50% (establecer roles/horarios).
- Promover entre las personas funcionarias el consumo alimentos nutritivos para fortalecer el sistema inmunológico.
- No intercambiar los implementos personales para comer sin lavar (cucharas, vasos, cubiertos, platos).

## 6.7 Transporte público



a) Durante el periodo de epidemia, informar a las personas trabajadoras de la institución que se desplazan al lugar de trabajo en transporte público cuáles son las medidas de prevención para reducir el riesgo de contagio:

- En la medida de lo posible, evitar viajar en las horas de mayor demanda (horas pico) y asegurarse de subir en autobuses donde no viajan personas pasajeras de pie.
- Siempre llevar consigo el monto exacto de lo que se debe pagar por la ruta en que se va a viajar y evitar el contacto cara a cara con la persona conductora y con el resto de las personas pasajeras.
- Utilizar los asientos desocupados y separados de los demás pasajeros y pasajeras.
- No viajar de pie.
- Abrir la ventanilla del autobús.
- Desinfectar frecuentemente las manos con gel a base de alcohol al 70%.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Aplicar los protocolos de tos y estornudo.

## 6.8 Giras de trabajo

- Limpiar los vehículos internamente al inicio y al final de cada jornada de trabajo, dando especial énfasis a las superficies de mayor contacto con las manos (manijas, volante, tablero, botones o perillas de las ventanas, palanca de marcha y cinturones de seguridad).
- En el interior del vehículo, disponer de artículos de limpieza como gel a base de alcohol al 70%.
- Favorecer en los vehículos la ventilación natural. Si las condiciones meteorológicas o de otra índole lo permiten, circular con las ventanas abiertas.
- Minimizar el uso del aire acondicionado. Si se utiliza el aire acondicionado, debe hacerse con recambio de aire y no recirculando.
- Recordar siempre la higiene de manos, protocolos de tos y estornudo, no tocarse la cara y tener distanciamiento físico.

**RECUERDE:** Evalúe el riesgo de contagio por COVID-19 durante el viaje de trabajo antes de aprobarlo: considere las etapas del viaje, las tareas asignadas, la información sobre el comportamiento de la enfermedad y los lugares donde se han notificado casos de COVID-19 e informe a la persona

## 6.9 Protocolo de manejo de casos de COVID-19

a) Si la persona funcionaria tuvo contacto con una persona que según las autoridades de salud es sospechosa de tener COVID-19 o está a la espera de resultados para saber si es positiva o no:

- La persona informa a su jefatura inmediatamente.
- La jefatura informa únicamente a la médica de empresa de inmediato para dar el seguimiento y planear de antemano las acciones de atención y mitigación ante un caso positivo en alguna de las dependencias de la institución.
- La persona puede haber recibido una incapacidad por la CCSS mientras recibe su resultado. De no ser así, la jefatura podrá enviar a teletrabajo (si es un puesto “teletrabajable”) o tramitarle vacaciones cumplidas o proporcionales mientras recibe el resultado de la prueba.
- En caso de que el Ministerio de Salud o la CCSS confirme el caso positivo de la persona funcionaria, las autoridades de salud darán las órdenes sanitarias respectivas.



- b) Si la persona resulta positiva en la prueba de COVID-19:
- En el caso de existir un caso confirmado de COVID-19, la persona funcionaria se aísla en la casa por 14 días o más, y acata todas las indicaciones de la orden sanitaria del Ministerio de Salud y del centro de salud donde se le realizó la atención.
  - El Ministerio de Salud establece el nexo epidemiológico y, de manera preventiva, define el aislamiento sanitario de la persona trabajadora y sus nexos laborales directos. En el tiempo de espera del resultado de las pruebas de los y las compañeros de trabajo, la jefatura puede aplicar teletrabajo, vacaciones adquiridas o adelantadas.
  - Los contactos cercanos asintomáticos de un caso confirmado deben aislarse en la casa por 14 días, contados a partir del último día que tuvo contacto con el caso confirmado.
  - Los contactos sintomáticos de un caso confirmado se manejan como un caso sospechoso. El centro de salud de la CCSS y el Ministerio de Salud realizan los abordajes respectivos: trámites clínicos (toma de muestras) y administrativos (órdenes sanitarias).
  - Si se da orden sanitaria para cierre de instalaciones, se contrata el servicio de higienización profunda de las instalaciones con una empresa certificada por el Ministerio de Salud. Al final del procedimiento, esta empresa debe entregar una certificación, que la institución presenta al Ministerio de Salud para levantar la orden sanitaria. Incluso sin orden sanitaria, el lugar de trabajo de un caso confirmado o sospechoso, las dependencias que haya visitado y las áreas comunes se desinfectan rigurosamente acatando los lineamientos del Ministerio de Salud.
  - La médica de empresa se encarga de llevar un registro de casos confirmados en una bitácora. En ella se levanta una lista de los contactos directos de los casos confirmados: nombre completo, número de teléfono y correo electrónico.
- c) Si una persona funcionaria asiste al centro de trabajo con síntomas de COVID-19 que cumplan con la definición de caso sospechoso:
- Se le brinda un cubrebocas y se envía directamente a la casa con la instrucción de contactar al Ministerio de Salud (teléfono 1322) o comunicarse con el área de salud correspondiente.
  - El departamento en que trabaja un caso confirmado o sospechoso, las dependencias que haya visitado y las áreas comunes se desinfectan rigurosamente acatando los lineamientos del Ministerio de Salud.

**RECUERDE:** Informe a las personas trabajadoras sobre las recomendaciones de la Norma para el abordaje de los riesgos psicosociales, del Consejo de Salud Ocupacional, y el Lineamientos de salud mental y apoyo psicosocial en el marco de la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19), del Ministerio de Salud.

## 6.10. Comunicación

- a) Trasladar las consultas sobre la COVID-19 a las profesionales en salud ocupacional y de medicina de empresa. Estas son, además, las responsables de divulgar la información proveniente del Ministerio de Salud (utilizando pizarras informativas, afiches, rotulación oficial en lugares visibles, canales digitales, correo electrónico y charlas virtuales, entre otros) con la finalidad de mantener una adecuada comunicación para brindar tranquilidad y promover un buen ambiente laboral.
- b) Proporcionar a las personas trabajadoras, personas usuarias, proveedores y personas trabajadoras de empresas contratadas (seguridad y limpieza) la información necesaria sobre la emergencia de la COVID-19 para mantenerlas actualizadas sobre las medidas de prevención y mitigación adoptadas para enfrentarla y continuar brindando los servicios en las oficinas de todo el país.
- c) Disponer en espacios visibles los protocolos de estornudo y tos, lavado de manos, otras formas de saludar, no tocarse la cara y el protocolo sobre el manejo de casos sospechosos.

**RECUERDE:** Se llevarán registros sobre los procesos de comunicación realizados en el IMAS para evidenciar el cumplimiento de lo establecido en el protocolo de la institución y la presente guía de prevención y mitigación de la COVID-19.

# Llamá a la línea



*para consultas del*

**C**  **VID-19**

## 6.11. Recomendaciones para el autocuidado de las personas funcionarias

Es importante cuidar la salud física y mental y es por ello que se deben promover prácticas y conductas saludables para todas las personas en el lugar de trabajo y en el hogar, específicamente las siguientes medidas de autocuidado recomendadas por la Organización Mundial de la Salud:

a) **Actividad física:** El ejercicio físico regular es beneficioso para el cuerpo y la mente, ya que puede reducir la hipertensión, ayudar a controlar el peso y disminuir el riesgo de enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes de tipo 2 y distintas formas de cáncer, enfermedades todas ellas que pueden aumentar la vulnerabilidad a la COVID-19.



b) **Alimentación saludable:** Una alimentación saludable es muy importante durante la pandemia de COVID-19 para prevenir y combatir las infecciones y para el buen funcionamiento del sistema inmunológico.

- Consuma alimentos variados, incluidas frutas y verduras.
- Reduzca el consumo de sal.
- Consuma cantidades moderadas de grasas y aceites.
- Limite el consumo de azúcar.
- Mantenga una buena hidratación bebiendo suficiente agua.
- Limite el consumo de bebidas alcohólicas o evítelas por completo.



c) **Salud mental:** La salud mental y el bienestar psicosocial es tan importante como la salud física, ya que reduce el riesgo de depresión y deterioro cognitivo, retrasa la aparición de la demencia y mejora nuestro estado de ánimo general. Desde el inicio de la pandemia se han ido aplicando medidas de confinamiento y teletrabajo para reducir el número de contagios por el virus de la COVID-19 y esto hace que cambiemos radicalmente nuestra rutina cotidiana.

- Manténgase informado por fuentes oficiales del Ministerio de Salud y la CNE.
- Conserve sus rutinas diarias en la medida de lo posible o establezca nuevas rutinas.
- Mantenga un contacto regular con las personas más cercanas por teléfono o internet, el contacto social es importante.



- Controle el tiempo frente a la pantalla y realice pausas activas y pasivas.
- No abuse de los videojuegos.
- Utilice adecuadamente las redes sociales, promueva mensajes positivos.
- Reduzca la exposición a noticias negativas.
- Levántese y acuéstese todos los días a una hora similar.
- No descuide su higiene personal.
- Establezca horarios para trabajar y para descansar.
- Reserve tiempo para hacer cosas que le gusten.
- Ayude a las demás personas, por ejemplo realice las compras de la familia o ayude a las personas adultas mayores con las compras del supermercado o farmacia.
- Mantenga las rutinas familiares siempre que sea posible o cree nuevas rutinas, especialmente cuando deben permanecer en casa.
- Ayude a los miembros de la familia con el aprendizaje en casa y asegúrese de que tengan tiempo para jugar y recrearse.

#### Otras recomendaciones:

- No desarrollar actitudes xenofóbicas o discriminatorias sobre personas que presenten o han presentado síntomas de gripe o resfrío o que hayan sido diagnosticadas con COVID-19.
- Buscar apoyo si se está sintiendo ansioso o presenta síntomas de depresión. Realice actividades en tiempo libre que le generen felicidad y satisfacción, entre otras.
- Gestionar en caso de ser necesario ayuda psicológica para las personas afectadas, de manera que puedan recibir apoyo oportuno para el manejo de la crisis por la COVID-19.
- No discrimine a las y los profesionales sanitarios: las personas trabajadoras de la salud merece nuestro respeto y gratitud.
- Portar siempre algún tipo de gel de alcohol mayor al 70% o algún otro producto antibacterial de acuerdo con la oferta del mercado.



# Anexos

## **Marco normativo internacional y nacional sobre la COVID-19**

En el contexto de la COVID-19, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) promueve el respeto de las normas internacionales del trabajo como garantía de que las personas trabajadoras, las empleadoras y los gobiernos mantienen condiciones de trabajo decente mientras enfrentan la pandemia.

Las normas internacionales del trabajo promueven un enfoque centrado en las personas para abordar la crisis y el período de recuperación posterior, permiten identificar las categorías específicas de personas trabajadoras, y fomentan una cultura de diálogo social y de cooperación en el lugar de trabajo. Responden a la evolución del mundo del trabajo y tienen el propósito de proteger a las personas trabajadoras, teniendo presentes las necesidades de las empresas sostenibles.

La presente guía se sustenta en las Directrices relativas a los sistemas de gestión de la seguridad y la salud en el trabajo de la OIT, ILO-OSH 2001, desarrolladas por el Servicio de Administración del Trabajo, Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo (LABADMIN/OSH). Las directrices establecen que el cumplimiento de lo fijado en leyes y reglamentaciones nacionales es responsabilidad y deber de la persona empleadora, quien debe mostrar un liderazgo y compromiso firme con respecto a las actividades de seguridad y salud en la organización.

En Costa Rica, debido a la situación de la emergencia sanitaria provocada por la COVID-19, declaró el estado de emergencia en todo el país. Como respuesta, son necesarias acciones de prevención y mitigación en todos los lugares de trabajo de manera que se garantice la seguridad y salud de las personas expuestas.

En cumplimiento de lo establecido en la Constitución política de la República de Costa Rica y en la normativa internacional y nacional, es necesario aplicar en todos los lugares de trabajo las normas y lineamientos emitidos por las autoridades sanitarias.

A continuación, se compilan los principales convenios de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), leyes, reglamentos, lineamientos, resoluciones y acuerdos que deben considerarse al establecer acciones de prevención y mitigación en los lugares de trabajo:

- Convenio núm. 155 sobre seguridad y salud de los trabajadores y su Recomendación núm. 164.
- Convenio núm. 161 sobre los servicios de salud en el trabajo y su Recomendación núm. 171.
- Ley General de Salud (Ley núm. 5395).
- Ley sobre Riesgos del Trabajo (Ley núm. 6727).
- Decreto ejecutivo núm. 42227-MP-S que declara estado de emergencia nacional en todo el territorio de la República de Costa Rica, debido a la situación de emergencia sanitaria por la enfermedad COVID-19.

- Decreto ejecutivo núm. 42221-S: Medidas administrativas temporales para la atención de actividades de concentración masiva debido a la alerta sanitaria por COVID-19.
- Decreto ejecutivo núm. 42253-MOPT-S: Restricción vehicular en horario nocturno para mitigar los efectos del COVID-19.
- Directriz núm.073-S-MTSS sobre las medidas de atención y coordinación interinstitucional ante la alerta sanitaria por coronavirus (COVID-19).
- Directriz núm. 077-S-MTSS-MIDEPLAN dirigida a la administración pública central y descentralizada sobre el funcionamiento de las instituciones estatales durante la declaratoria de emergencia nacional por COVID-19.
- Decreto ejecutivo núm. 42284-MOPT-S: Restricción vehicular diurna para mitigar la propagación del COVID-19.
- Decreto ejecutivo núm.42285-MP-MOPT-S: Restricción temporal del tránsito vehicular en el territorio nacional para prevenir la propagación del COVID-19.
- Directriz núm. 082-MP-S dirigida a la administración pública central y descentralizada sobre los protocolos para la reactivación y continuidad de los sectores durante el estado de emergencia nacional por COVID-19.
- Directriz núm. MTSS-42317 Activación de protocolos y medidas sanitarias en los centros de trabajo por parte de las Comisiones y Oficinas o Departamentos de Salud Ocupacional ante el COVID-19 del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (20 de abril, 2020).
- Resolución MS-DM-3854-2020, para prevenir y mitigar el riesgo o daño a la salud pública y atender el estado de emergencia nacional por COVID-19.
- Plan de Contingencia ante un evento de Salud Pública. Aeropuerto Internacional Juan Santamaría.
- Protocolo de Atención Reglamento Sanitario Internacional (RSI). Aeropuerto Internacional Daniel Oduber Quirós de Liberia.
- Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19. Versión 12-24 de abril 2020.
- Medidas administrativas temporales para la atención de actividades de concentración masiva debido a la alerta sanitaria por COVID-19.
- LS-CS-005. Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID- 19.
- Lineamientos Generales para Establecimientos, Actividades y Eventos de Concentración Masiva de Personas en el marco de la Alerta Sanitaria por Coronavirus (COVID-19).
- Lineamientos de salud mental y apoyo psicosocial en el marco de la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19).
- LS-CS-001. Lineamientos generales para establecimientos comerciales y servicios con permiso sanitario de funcionamiento.
- Lineamientos generales para cadenas comerciales, supermercados y abastecedores (minisúper) debido a la alerta sanitaria por coronavirus COVID-19.
- Lineamientos generales para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por Coronavirus (COVID-19).
- Lineamientos generales para oficinas con atención al público (Bancos, correos, instituciones del Estado, Poder Judicial, empresas privadas de servicios) debido a la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19).



**NO**  
**se toque la cara**  
**si no se ha**  
**lavado las manos**

Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



- Lineamientos generales para Servicios de Salud públicos y privados por Coronavirus (2019- nCoV).
- Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición por Coronavirus (COVID-19).
- LS-VG-005. Lineamientos generales para el manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19 en el marco de la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19).
- LS-SS-006. Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición al Coronavirus (COVID-19) en servicios de salud, centros de trabajo y uso de mascarillas de uso comunitario.
- LS-PG-007. Lineamientos generales de responsabilidad individual en convivencia con el COVID-19.
- LS-PG-008. Lineamientos generales para la limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus (COVID-19).
- Lineamientos generales para la limpieza y desinfección de viviendas que alojen casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19 en el marco de la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19).
- LS-PG-002. Lineamientos generales sobre lactancia materna y COVID-19.  
Lineamientos generales para servicios de alimentación debido a la alerta sanitaria por COVID-19.
- Lineamientos generales de comunicación de base comunitaria en la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19).
- Lineamientos generales para Condominios Comerciales, condominios con espacios comerciales y residenciales, Condominios Residenciales debido a la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19).

# ¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Ministerio  
de Salud  
Costa Rica



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer  
los alimentos



Después de  
ir al baño



Antes y después de  
cambiar pañales



Después de toser  
o estornudar



Después de visitar o atender  
una persona enferma



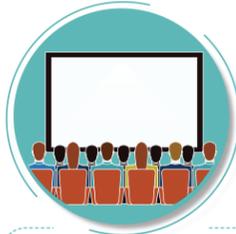
Después de  
tirar la basura



Después de utilizar  
el transporte público



Después de  
estar con mascotas



Luego de estar en  
zonas públicas



Después de  
tocar dinero o llaves



Después de tocar pasamanos o  
manijas de puertas



## Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ  
CON LA PARTE SUPERIOR DEL  
BRAZO, HACIENDO UN SELLO  
PARA EVITAR SALIDA  
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE  
CON UN PAÑUELO  
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO  
EN EL BASURERO,  
NO LO LANCE  
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA  
SI NO SE HA LAVADO  
LAS MANOS  
CON AGUA Y JABÓN

**¡DETENGA EL CONTAGIO!**

---

## ESTÁ EN TUS MANOS

Desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia



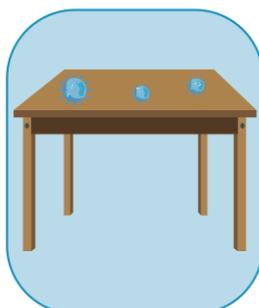
TELÉFONO CELULAR  
CONTROL REMOTO  
TABLETAS, TECLADOS



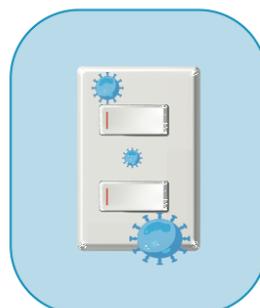
EL INODORO,  
SUPERFICIES DEL BAÑO,  
LAVAMANOS, GRIFOS



PERILLAS DE PUERTAS,  
PICAPORTES, LLAVES



MUEBLES DE MADERA  
O PLÁSTICO



APAGADORES  
DE LUZ

**UTILICE DESINFECTANTE O ALCOHOL AL 70%**

Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



# ¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1 Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2 Aplique suficiente jabón



3 Frote sus manos palma con palma



4 Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5 Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6 Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7 Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8 Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9 Enjuague abundantemente con agua



10 Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11 Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio de **Salud**

# Hay otras formas de saludar no lo hagas de mano, beso o abrazo



CON EL PIE



JUNTANDO LAS  
MANOS



AGITANDO LAS  
MANOS



CON EL PUÑO DE LEJOS



CON ELCODO



Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica

# Referencias

- CNE-NA-INTE-DN-0(2015). Normas de planes de preparativos y respuesta ante emergencias para centros laborales o de ocupación pública. Decreto ejecutivo núm.39502-MP.
- MEIC(2020). Guía para la prevención, mitigación y continuidad del negocio por la pandemia del covid-19 en los centros de trabajo. San José. Disponible en:  
[https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/guia\\_continuidad\\_negocio\\_v1\\_210\\_42020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/guia_continuidad_negocio_v1_210_42020.pdf)
- OIT (2020). Prevención y mitigación del COVID-19 en el trabajo. Lista de comprobación. Ginebra. Disponible en:  
[https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS\\_741818/lang-es/index.htm](https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_741818/lang-es/index.htm)
- OIT (2020). Guía práctica de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST). Prevención y mitigación del Covid-19 en los lugares de trabajo en Costa Rica. San José. Disponible en:  
[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-san\\_jose/documents/publication/wcms\\_745830.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-san_jose/documents/publication/wcms_745830.pdf)
- OIT (2020). Las normas de la OIT y la COVID-19 (coronavirus). Preguntas frecuentes. Disposiciones fundamentales de las normas internacionales del trabajo pertinentes en el contexto del brote de COVID- 19. Disponible en:  
[https://www.ilo.org/global/standards/WCMS\\_739939/lang-es/index.htm](https://www.ilo.org/global/standards/WCMS_739939/lang-es/index.htm)
- OIT (2001). Directrices relativas a los sistemas de gestión de la seguridad y la salud en el trabajo, ILO-OSH 2001. Ginebra. Disponible en:  
[https://www.ilo.org/safework/info/standards-and-instruments/WCMS\\_112582/lang-es/index.htm](https://www.ilo.org/safework/info/standards-and-instruments/WCMS_112582/lang-es/index.htm)
- OMS (2020). Getting your workplace ready for COVID-19. Disponible en:  
<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/getting-workplace-ready-for-covid-19.pdf?ua=1>