

**COMPENDIO PREGUNTAS Y RESPUESTAS PARA
CONTINUIDAD DEL NEGOCIO ANTE EL COVID -19
“COSTA RICA TRABAJA Y SE CUIDA”**

EQUIPO REDACTOR

Comisión de Factores Psicosociales en el Trabajo
Sub comisión Compendio Preguntas y Respuestas
para continuidad del negocio ante la Covid-19.
"Costa Rica Trabajo y se cuida"

Dra. Seydi Segura Garbanzo. Licda.

Ministerio de Salud

Licda. Karol Quesada Moya.

Ministerio de Hacienda

Licda. Alexa Palacios Trejos.

CSO. Ministerio de Trabajo y Seguridad Social

Licda. Nerea Obalarrieta Barquero.

Rae Ingenieros

Licda. Nury Sánchez Aragonés.

CSO. Ministerio de Trabajo y Seguridad Social

REVISADO POR

Dra. Patricia Redondo Escalante. CCSS

Licda. Angie Quirós Chanto. INS

Licda. Yessenia Rojas Jiménez. AYA

Lic. José Vinicio Lizano Araya. ICE

Licda. Gabriela Palma. MTSS

Licda. Azzuhara Ramírez. CNFL

Ing. Cindy Zamora Zamora. CCSS

Licda. Gloria Vargas. Constructora Proycon

Licda. Marjorie Monge Muñoz. CSO

Licda. Virginia Chavarría Rodríguez. CSO

Dra. Alejandra Marín Mora. Ministerio de Salud

Ing. Daysi Benítez Rodríguez. Ministerio de Salud

Dra. Mariela Alfaro Segura. Ministerio de Salud

María Gabriel Valverde Fallas

Directora Ejecutiva del Consejo Salud Ocupacional

APROBADO POR:

Consejo de Salud Ocupacional

Acuerdo N° 003-2020 de la Sesión N° 48

Del miércoles 04 de noviembre del 2020

Equipo de Gestión de Riesgo.

Ministerio de Salud

Esta guía tiene como objetivo dar respuesta a las principales preguntas que surgen a la persona empleadora y a la persona trabajadora sobre el trabajo en época de COVID-19, esta guía es de naturaleza consultiva y de contenido informativo. No es ni se podrá utilizar como una norma reglamentaria; asimismo, tampoco crea nuevas obligaciones legales o altera una norma reglamentaria ni crea nuevas obligaciones legales o altera las obligaciones en materia de Salud Ocupacional establecidas en el Código de Trabajo y Reglamentos en la materia. Está sujeta a cambios según sea el comportamiento de la Pandemia del virus SARS-CoV-2 en el país y los lineamientos que emita el Ministerio de Salud

TABLA DE CONTENIDOS

COMPENDIO DE PREGUNTAS Y RESPUESTAS PARA CONTINUIDAD DEL NEGOCIO ANTE EL COVID-19 “COSTA RICA TRABAJA Y SE CUIDA”

1. ¿Cuál es mi responsabilidad como persona empleadora si tengo una persona trabajadora que tiene síntomas o estuvo en contacto con personas confirmadas o sospechosas en el lugar de trabajo?	5
2. ¿Cuáles acciones podría implementar la persona empleadora para apoyar a la persona trabajadora con diagnóstico COVID-19 positivo?	8
3. ¿Cuál es el periodo de aislamiento domiciliario definido por las autoridades de salud para una persona trabajadora con diagnóstico positivo por COVID-19 y por nexos?	9
4. ¿Cuáles aspectos debo tomar en consideración para que se reincorpore laboralmente una persona trabajadora que refiere estar recuperada por COVID-19?	9
5. ¿Cuáles pasos debo seguir cuando una persona trabajadora, paciente recuperado por COVID-19 presenta secuelas producto de la enfermedad y se reincorpora al lugar de trabajo y ésta afecta las tareas cotidianas que realiza?	10
6. ¿Cómo puedo evitar el contagio en el lugar de trabajo?	10
7. ¿Qué hacer cuando una persona trabajadora es negligente y no hace caso a las normas de seguridad sustentadas en los lineamientos de salud emitidos por el Ministerio de Salud?	15
8. ¿Qué debo hacer en mi lugar de trabajo si la persona trabajadora muere por COVID-19?	15
9. ¿Cuándo me podrían dar una orden de cierre total del lugar de trabajo?	16
10. ¿Cuándo se considera el contagio por COVID-19 un riesgo laboral?	17
11. ¿Cuál es el procedimiento para referir a una persona trabajadora con COVID-19 al Instituto Nacional de Seguros (INS) por contagio en el lugar de trabajo?	17
12. ¿Cuál es el proceso de desinfección que se debe realizar en el lugar de trabajo si se identifica un caso COVID-19 positivo?	19
13. ¿Cuáles cuidados deben tener las personas que se encargan de los servicios de limpieza en los lugares de trabajo?	21
14. ¿Cuál es el proceso de limpieza que le debo dar a los vehículos de trabajo?	22
15. ¿Cuáles recomendaciones debe acatar la persona trabajadora durante la gira?	22
16. ¿Qué hacer si por desconocimiento trasladé en mi vehículo a una persona positiva por COVID-19 o con síntomas?	23
17. ¿Puedo pedir medidas de seguridad a visitantes, proveedores y otros?	24
18. ¿Cuáles son los carteles que debo colocar de forma visible en las instalaciones del lugar de trabajo?	24
19. ¿Cuál es la información que se recomienda solicitar a la persona trabajadora al ingresar al lugar de trabajo?	24
20. Como persona empleadora ¿cuáles recomendaciones mínimas debo dar al personal de salud ocupacional y al personal designado para dar seguimiento a la atención de la pandemia por COVID-19 en el lugar de trabajo?	25
21. ¿Qué debo hacer si una persona trabajadora es víctima de violencia externa en la ejecución del trabajo por la aplicación de las medidas del COVID-19?	25

22. ¿Cuál es la información en torno al COVID-19 que toda persona trabajadora debe transmitir a la persona empleadora? ¿Cómo debe comunicarse esta información?	26
23. ¿Cómo gestionar una incapacidad ante la CCSS por aislamiento o cuarentena por COVID-19?	27
24. ¿Qué hacer cuando la persona empleadora no provee del equipo de protección a las personas trabajadoras?	28
25. ¿Cuál es el equipo de protección personal obligatorio que debe utilizar la persona trabajadora en época de pandemia por COVID-19?	28
26. ¿Cuál es el uso correcto de la mascarilla, como equipo de protección personal obligatorio en época de pandemia por COVID-19?	29
27. ¿Quién me da la orden sanitaria?	30
28. Si soy positivo y requiero trasladarme a un centro hospitalario, ¿Cómo me traslado?	30
29. ¿Qué debo hacer si por la ejecución de mi trabajo soy víctima de violencia externa por un usuario?	31
30. ¿Si en mi lugar de trabajo no cumplen los lineamientos del Ministerio de Salud, que puedo hacer?	31
31. ¿Cuáles son las recomendaciones que debo atender si me traslado a mi trabajo utilizando el servicio de transporte público?	31
ANEXO1. PEDILUVIO	32
Referencias Bibliográficas	33

1

PREGUNTAS Y RESPUESTAS PARA LA PERSONA EMPLEADORA



1. ¿Cuál es mi responsabilidad como persona empleadora si tengo una persona trabajadora que tiene síntomas o estuvo en contacto con personas confirmadas o sospechosas en el lugar de trabajo?

- a. Si la persona trabajadora se encuentra en su lugar de trabajo al momento de informar a la persona empleadora que tiene síntomas, la persona empleadora le proporcionará una mascarilla respiratoria nueva, para que desestime la que está utilizando y se disponga en un basurero con tapa. Proceda con las medidas de lavado de manos antes y después de ponerse la nueva mascarilla utilizando la metodología explicada por el Ministerio de Salud. Posterior a este procedimiento, se recomienda que llame a la línea 1322 y se traslade al centro de salud correspondiente.
- b. Si la persona trabajadora se encuentra en su lugar de trabajo al momento de informar a la persona empleadora que estuvo en contacto con personas confirmadas o sospechosas sin presentar síntomas, la persona empleadora le proporcionará una mascarilla respiratoria nueva, para que desestime la que está utilizando y se disponga en un basurero con tapa. Proceda con las medidas de lavado de manos antes y después de ponerse la nueva mascarilla utilizando la metodología explicada por el Ministerio de Salud. Y llame inmediatamente a la línea 1322.

Guía para la prevención, mitigación y continuidad del negocio por la pandemia del COVID-19 en los centros de trabajo, Desde la pág. 11 inciso 3.4 Obligaciones de la persona empleadora en adelante.

LS-CS-009. Lineamiento general para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19. Versión 7, 4 de julio 2020. 5.2 Acciones generales para ejecutar por los responsables de los Centros de trabajo Lineamientos para los directivos y jefaturas de los centros de trabajo.

Oficio MS-DPRSAUSA-1311-2020.

- c. Asegurar las medidas de desinfección y seguimiento a los contactos directos. Cuando una persona trabajadora es diagnosticada positiva por COVID-19, se suspenderá temporalmente las labores en el área de trabajo donde se ubicó la persona trabajadora físicamente, para iniciar de inmediato la limpieza y desinfección del área de trabajo, el cual puede ser realizado por la empresa que brinda el servicio de limpieza o contratando a una empresa para tal fin, ambas apegadas a lo indicado a los Lineamientos emitidos por el Ministerio de Salud, entre los cuales se puede consultar el Lineamiento Vigente LS-CS-009. Lineamiento general para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19, en la web del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

LS-PG-008. Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus (COVID-19). Versión 1, 29 de mayo 2020.

LS-CS-009. Lineamiento general para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19. Versión 7, 4 de julio 2020. Pág. 10

- d. Elaborar la lista de personas trabajadoras que tuvieron contacto directo con el caso COVID-19 positivo (nombre completo, números de teléfono, correo electrónico y las fechas de exposición) sin haber utilizado las medidas de protección adecuadas, indicar además, si estuvo en contacto 48 horas antes del inicio de los síntomas y hasta 14 días después y con alguna de las siguientes condiciones: que haya proporcionado cuidados a un caso sintomático ya sea en un entorno doméstico o de atención de salud; haya tenido exposición en forma directa a moco y/o saliva de una persona sintomática, mediante tos, estornudo, beso o utensilios de alimentación compartidos; estuviera cara a cara a menos de 1,8 metros de distancia y por más de 15 minutos en un lugar cerrado (aula, oficina, sala de sesiones, área de espera o habitación) a una distancia menor de 1,8 metros.

LS-CS-009. Lineamiento general para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19. Versión 7, 4 de julio 2020. Inciso 5.3

LS-VS-001. Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19. Versión 16, 5 octubre 2020. Pág. 14

- e. Enviar la lista confeccionada según el punto 4 al Área Rectora de Salud que le corresponde por ubicación del lugar de trabajo. Mediante los siguientes enlaces ubicará información de contacto de las áreas rectoras del Ministerio de Salud: http://geovision.uned.ac.cr/oges/visores/catalogo/establecimientos_y_servicios/ministerio_de_salud.html https://www.ministeriodesalud.go.cr/empresas/contactos_areas_rectoras_salud.xlsx

CCSS Acto administrativo emitido por el Ministerios de Salud y publicado en el Alcance 172 a la Gaceta No. 169 del 12 de julio de 2020 y por convenio entre el Ministerio de Salud y la CCSS para la notificación de la orden sanitaria.

LS-VS-001. Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19. Versión 16, 5 octubre 2020.

- f. La orden sanitaria será entonces, emitida por el Área Rectora de Salud donde vive la persona trabajadora, si la prueba fue realizada a nivel privado. Si la persona trabajadora consulta en la CCSS y se considera que debe estar en aislamiento, en ese momento la CCSS emite la orden sanitaria. Tanto las personas trabajadoras que se desempeñan en el Ministerio de Justicia y Paz, en el Ministerio de Seguridad Pública y los médicos de empresa al detectar un caso, tienen la investidura para emitir y notificar la orden sanitaria. En caso de que la persona trabajadora tenga dudas puede comunicarse con la línea 1322.
- g. Los tiempos de aislamiento domiciliario preventivo, para efecto de conocimiento de la persona empleadora, se dan por 14 días a las personas trabajadoras que se han identificado como casos sospechosos probables y confirmados. En casos con mayor especificidad consultar el Lineamiento LS-VS-001. Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19. En su versión más actualizada.
- h. Sensibilizar a las personas trabajadoras que estuvieron en contacto directo con el caso positivo sobre la importancia de reforzar las medidas de higiene en todos los entornos en que se desenvuelven.
- i. Mantenga una comunicación activa y fluida con las personas trabajadoras sobre las acciones tomadas para la mitigación del riesgo. Indique las medidas de prevención y control de la infección que deben adoptarse.
- j. Se recomienda que habilite un correo electrónico para las comunicaciones entorno al COVID-19 en su lugar de trabajo y hacerlo de conocimiento de las personas trabajadoras.
- k. Se recomienda dar seguimiento a la persona trabajadora diagnosticada como caso positivo (por parte de la persona empleadora) por el medio que considere pertinente como lo son: vía telefónica, correos, mensajes, para conocer sobre la evolución de su estado de salud.

LS-VS-001.
Lineamientos
Nacionales para la
Vigilancia de la
enfermedad COVID-19.
Versión 16, 5 octubre
2020. Desde el inciso
5.9 en adelante.

2. ¿Cuáles acciones podría implementar la persona empleadora para apoyar a la persona trabajadora con diagnóstico COVID-19 positivo?

- a. Se recomienda dar seguimiento: identifique un canal de contacto a través de familiares o personas cercanas con quien se pueda obtener información sobre el estado de salud de la persona trabajadora y realice seguimiento según sus capacidades instaladas, que le permita comunicarse de forma constante con la persona trabajadora con diagnóstico COVID-19 positivo, con el fin de humanizar los lugares de trabajo.
- b. En caso de contar con el recurso, puede facilitar ayuda psicológica y apoyo social para la persona trabajadora con diagnóstico COVID-19 positivo. Si no se cuenta con ayuda psicológica en el lugar de trabajo existen instituciones y organizaciones que pueden brindar ayuda profesional por medios telefónicos y virtuales de manera gratuita o a un bajo costo, como por ejemplo:

- Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica al teléfono 2272-37-74.
- Instituto Costarricense de Masculinidad, Pareja y Sexualidad WEM al teléfono 2225-75-11. info@institutowencr.org
- Despacho de Apoyo Psicológico a través de la Línea telefónica 9-1-1 o la 1322
- Servicios de salud de su comunidad (EBAIS, Clínicas y Hospitales)
- Universidades privadas que dan servicio como UCACIS, Universidad Latina, UACA y Universidad Hispanoamericana, entre otras; quienes mantienen clínica psicológica dada por estudiantes supervisada por profesionales en ese campo.

Guía de salud ocupacional y apoyo psicosocial en época de COVID-19. CSO

3. ¿Cuál es el periodo de aislamiento domiciliario definido por las autoridades de salud para una persona trabajadora con diagnóstico positivo por COVID-19 y por nexos?

De conformidad con el Lineamiento Nacional para la Vigilancia de la enfermedad del COVID-19, (revisar el vigente) los periodos de aislamiento son los siguientes:

- a) COVID-19 POSITIVO: 14 días a partir de la fecha del inicio de los síntomas.
- b) Las personas que cohabitan en la misma vivienda y que allí han sido contacto directo con un caso confirmado por COVID-19, deberán aislarse en su totalidad como grupo para evitar la transmisión del virus a otras personas. Las personas que se hayan recuperado de un cuadro de COVID-19 anterior en un espacio menor a 90 días desde la FIS (fecha inicio de síntomas) no se aislarán aun cuando vivan en un grupo familiar con personas positivas, solamente se dará recomendaciones en medidas de prevención y de consulta si aparecen síntomas.

LS-VS-001. Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19. Versión 16, 5 octubre 2020. ADENDA Versión 16 Lineamiento de Vigilancia de la enfermedad COVID-19. MS-DVS-552-2020, 02 noviembre 2020.

4. ¿Cuáles aspectos debo tomar en consideración para que se reincorpore laboralmente una persona trabajadora que refiere estar recuperada por COVID-19?

Se considerará recuperado y se suspenderán las precauciones de aislamiento domiciliario, cuando se cumpla el periodo de aislamiento indicado por las autoridades de salud, según los Lineamientos Vigentes, específicamente LS-VS-001. Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la Enfermedad del COVID-19. LS-VG-002. Lineamientos Generales para el Seguimiento y Levantamiento de Actos Administrativos (orden sanitaria) de Aislamiento Domiciliario por COVID-19; actualizados.

LS-VS-001. Versión 16. Lineamientos Nacionales para la vigilancia de la enfermedad del COVID-19. Versión 16, 5 octubre 2020. pág. 19. 5.11

Cuando una persona se reincorpore al lugar de trabajo debe continuar con las medidas de protección y uso del equipo de protección personal para resguardo de la salud y la continuidad del negocio.

5. ¿Cuáles pasos debo seguir cuando una persona trabajadora, paciente recuperado por COVID-19 presenta secuelas producto de la enfermedad y se reincorpora al lugar de trabajo y ésta afecta las tareas cotidianas que realiza?

- Solicitar a la persona trabajadora la epicrisis o el certificado médico que legitime su condición de salud.
- Aplicar los procedimientos para valorar el puesto de trabajo en atención a la condición de salud actual, para proceder a readecuar las funciones de manera temporal o permanente.

6. ¿Cómo puedo evitar el contagio en el lugar de trabajo?

Esto se regula en cada protocolo de continuidad del negocio para cada sector productivo aprobado por el Ministerio de Salud, no obstante, se recomienda seguir las siguientes recomendaciones generales:

6.1 Ingreso al lugar de trabajo

- Se recomienda al ingreso de las instalaciones el uso de un pediluvio donde se realice la desinfección de la suela del calzado. (Anexo 1)
- Disponer de una estación de lavado de manos al ingreso del lugar de trabajo y procurar que las personas trabajadoras se laven las manos con agua y jabón antibacteria al ingresar, con toallas para el secado de las manos y basurero de pedal para el desecho de las mismas.
- Si el lugar de trabajo no cuenta con dispositivos para el lavado de manos en la entrada principal del edificio, se deberá poner a disposición alcohol de al menos entre un 60% a un 70% de concentración, toallas para el secado de las manos y basurero con cierre hermético y de pedal para la disposición de dichas toallas de papel, inmediatamente deberán aplicar el lavado de manos en el lugar más cercano.

LS-CS-009.
Lineamiento
general para
propietarios y
administradores de
Centros de Trabajo
por COVID-19.
Versión 7, 4 de julio
2020.

- Si se cuenta con personal de seguridad, este debe ser el responsable de abrir y cerrar las puertas del lugar de trabajo, deberá lavarse las manos constantemente con agua y jabón. En caso de que se le imposibilite realizar el lavado de manos constantemente, se debe proveer a la persona trabajadora de una botella de uso personal de alcohol de al menos entre un 60% a 70% de concentración.
- Toda persona trabajadora deberá ingresar y mantenerse durante toda la jornada laboral con mascarilla quirúrgica o higiénica de tela (esta debe contener una primera capa anti fluido con su respectivo reemplazo), estas deben cubrir la boca y nariz y deben ajustarse a la cara, no removerse, si se humedece se debe cambiar, son de uso personal, no se deben compartir con otras personas. La careta puede ser un protector complementario a la mascarilla, esta última es de uso obligatorio.
- Se recomienda que las mascarillas se coloque en una bolsa cerrada y se desechan en un basurero con pedal para abrir la tapa.

6.2 Medidas organizativas

- Distribuir las áreas de trabajo para que en todos los espacios mantengan el distanciamiento recomendado de 1,8 metros. Si las condiciones de infraestructura no permiten este distanciamiento, se puede colocar pantallas acrílicas o material semejante entre puestos, o la persona empleadora podrá optar por medidas complementarias tales como organizar el personal en turnos escalonados.
- Debe evitarse el uso de relojes marcadores por huella dactilar o disponer de alcohol u otro desinfectante cercano al reloj, para que la persona trabajadora antes y después de utilizar dicho reloj pueda limpiarse; además mantener el distanciamiento físico de 1,8 metros a la hora de disponer la marca.
- Implementación de teletrabajo como herramienta funcional, este se debe priorizar sobre el trabajo presencial siempre que las tareas lo permitan y principalmente al personal de alto riesgo identificado en el lugar de trabajo o redistribución del puesto de trabajo para que mantenga el mínimo contacto entre compañeros (as).
- Educación, capacitación y comunicación continua al personal sobre normativa vigente de protección, limpieza y reporte de síntomas asociados a la COVID-19.

LS-CS-005 Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19. Versión 3, 5 de abril 2020. Numeral 5.2 Uso del espacio

LS-CS-009. Lineamiento general para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19. Versión 7,4 de julio 2020. Inciso 5.1 y 5.2

- Implementar un método para la detección de casos sospechosos de COVID-19 al ingreso de las instalaciones, con la finalidad de impedir el ingreso de dichos casos y evitar el contagio de más personas, por ejemplo, cuestionario para detectar síntomas asociados al COVID-19 y medición de temperatura (termómetros sin contacto).
- Instruir a las personas para que eviten saludos que impliquen el contacto físico, aplicar los protocolos de tos y estornudo, lavado de manos, etc. Así como el uso de mascarillas durante toda la jornada laboral y en el trayecto de la casa al trabajo y viceversa. No presentarse al centro de trabajo si presenta algún síntoma de resfriado y en la medida de las posibilidades no compartir material de oficina (como lapiceros, tijeras y engrapadoras) u otros enseres del comedor (tazas, platos y cubiertos). El equipo de uso común (por ejemplo, teléfonos, impresoras, fotocopiadoras) deben de desinfectarse después de cada uso o tener el cuidado de lavarse las manos o utilizar alcohol en gel antes y después de su uso.
- Se debe proveer de equipo de protección personal, con su respectiva instrucción para su uso, en los puestos de trabajo que requieren del mismo así como contar con un registro de entrega, como es el caso de personas trabajadoras de limpieza, conductores, cajeros, repartidores de alimentos, personal de seguridad y todos aquellos que estén en contacto directo en la atención de público.

LS-SS-006.
Lineamientos
generales para el uso
del Equipo de
Protección Personal
(EPP), para prevenir la
exposición al COVID-19
en Servicios de Salud y
Centros de trabajo.
Inciso 5.3

6.3 Limpieza y desinfección

- Disponer en todos los servicios sanitarios de papel higiénico, agua, jabón para el lavado de manos y papel toalla desechable.
- La limpieza y desinfección deberá realizarse, con jabón regular o detergente y un desinfectante regular como mínimo dos veces al día.
- Establecer procedimientos de desinfección en caso de que se detecte una persona trabajadora COVID- 19 positivo o sospechoso.
- Se debe establecer un plan de limpieza y desinfección sistemática de los espacios, equipos, herramientas y útiles de trabajo especialmente aquellos que son de uso compartido y asegurar el abastecimiento de los suministros de limpieza y de todos los equipos de protección que sean necesarios (como mascarillas y guantes).

LS-CS-005
Lineamientos
generales para
reactivar actividades
humanas en medio
del COVID-19. Versión
3, 5 de abril
2020. Numeral 5.1

LS-CS-009.
Lineamiento general
para propietarios y
administradores de
Centros de Trabajo
por COVID-19.
Versión 7. 4 de julio
2020. Inciso 5.1 d)

- Llevar y exhibir un registro de las actividades de limpieza (como el que se observa en locales comerciales u aeropuertos, por ejemplo), que puede estar visible en el sitio o llevarse el control centralizado.
- Se debe priorizar la limpieza y desinfección diaria en las áreas de contacto, tránsito intensivo, o con mayor concentración de personas como por ejemplo, comedores, casilleros o vestuarios, los pasillos, los escritorios y teclados compartidos, las máquinas expendedoras, manijas de puertas y ventanas, las barandillas, los interruptores, los botones de puertas de ascensores, las puertas de los aseos, los grifos de los baños, los dispensadores de jabón, los paneles o mandos de control de aparatos y máquinas como impresoras, las herramientas de uso frecuente, limpieza diaria para velar por que el lugar, los puestos, los equipos y las instalaciones de trabajo estén limpias y ordenadas.

6.4 Ventilación

- Realizar un análisis de la ventilación en los recintos, mantener las áreas de trabajo ventiladas y en caso de que la ventilación no sea natural, brindar mantenimiento preventivo a todos los sistemas de ventilación y aires acondicionados, promoviendo la limpieza y cambio de filtros de acuerdo con las recomendaciones del fabricante.
- Si se utiliza ventilación artificial los equipos de aire acondicionado deben mantener una limpieza de bandejas, rejillas, difusores y extractores para evitar suciedad, moho, hongos y otros.
- Los filtros se deben cambiar con frecuencia de acuerdo con las recomendaciones del fabricante.
- Si el lugar de trabajo cuenta con ventanas al exterior operables en las medidas de las posibilidades deben abrirse. Debe considerarse con cuidado cualquier fuente de contaminación exterior en este proceso.
- Deje abiertas las puertas de las áreas de trabajo que no representan riesgo de ingreso externo o de seguridad de información, así como mantener abiertas las puertas de ingreso a los baños.
- El uso de ventiladores en la medida de las posibilidades que sea de uso individual y si es colectivo que no genera ventilación cruzada es decir que el flujo de aire del ventilador no circule entre personas.

LS-S I-014
Lineamientos generales para reinicio de Sistemas de ventilación general, aire acondicionado y sus tuberías de agua relacionadas en edificios de Ocupación general-control de Legionella en edificios o espacios reutilizados- (COVID-19), pág. 9

6.5 Áreas de uso común

- Comedores: con un 50% de aforo por turnos, con estación de lavado de manos, dispensadores de alcohol en gel y toallas desechables para la limpieza antes de usar el área y posterior a su uso. Defina distribuciones y horarios que reduzcan la ocupación y la exposición del personal.
- Horarios por áreas para evitar aglomeraciones al ingreso y salida de turnos, u otras actividades que pueda generar aglomeraciones de personas.
- En caso de que el lugar de trabajo cuente con una flotilla de transporte propia o subcontratada con vehículos, buses o microbuses, para el traslado de sus personas trabajadoras deben utilizar mascarillas durante todo el recorrido y no ir personas de pie. Al finalizar cada “carrera” o viaje se debe realizar una limpieza profunda de superficies en general, pisos y asientos.
- Hacer reuniones virtuales en la medida de lo posible. Si se realizan reuniones de personal, estas deben ser en lugares abiertos, ventilados, respetando el distanciamiento de 1,80 mts y procurar que no se sobrepasen el tiempo de una hora.
- Se recomienda promover al máximo el uso de las escaleras y los pasillos en un sentido único a fin de disminuir el contacto de persona a persona.
- Se recomienda rotular los ascensores con la capacidad máxima permitida, se recomienda tomar las medidas del área del ascenso de esquina y esquina en diagonal, si el mismo tiene dos metros de distancia, se permitirá el ingreso de cuatro personas, colocadas en cada esquina, de cara a la estructura del ascensor y si el área es menor, debe ingresar solamente dos personas, de igual manera colocadas mirando la estructura del ascensor. Se recomienda marcar el número de piso a que se va con los nudillos de la mano o codos y posteriormente lavarse las manos o utilizar alcohol de 60 a 70%.

LS-CS-009. Lineamiento general para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19. Versión 7, 4 de julio 2020.

LS-CS-005 Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19. Versión 3, 5 de abril 2020. pág. 6

7. ¿Qué hacer cuando una persona trabajadora es negligente y no hace caso a las normas de seguridad sustentadas en los lineamientos de salud emitidos por el Ministerio de Salud?

Es obligación de la persona trabajadora cumplir con las medidas de seguridad que disponga la persona empleadora para su protección y la de sus compañeros o de los lugares donde labora (Código de Trabajo, artículo 71, inciso h). También apegados a los Lineamientos de Salud que se encuentren actualizados.

Código de
Trabajo ART.
71 Y 72

Se puede proceder con despido sin responsabilidad patronal cuando una persona trabajadora se niegue a seguir las indicaciones de seguridad personal y de salud ocupacional, para lo cual la persona empleadora debe documentar el incumplimiento. (Código de Trabajo, artículo 72, inciso h).

8. ¿Qué debo hacer en mi lugar de trabajo si la persona trabajadora muere por COVID-19?

Todas las personas trabajadoras han estado expuestas a multiplicidad de cambios y pérdidas relacionadas al trabajo, vivienda, salud y la vida en este proceso de enfrentar la pandemia del COVID-19.

En caso de muerte, el proceso de duelo es individual, las personas lo experimentan de forma particular, pero se recomienda seguir las siguientes acciones:

- a) Comunicación: notificar a través de los canales oficiales el fallecimiento de la persona trabajadora.
- b) Facilitar espacios de comunicación por medios virtuales: para conversar sobre las emociones (tristeza, enojo) que genera la pérdida, en donde las personas trabajadoras puedan comentar sobre la relación de los (as) compañeros (as) con la persona fallecida, para gestionar el duelo.
- c) Redes de apoyo: incluso a través del distanciamiento físico o confinamiento, las emociones pueden seguir expresándose mediante medios digitales, llamadas telefónicas o mensajes.

- d) Despedida simbólica: facilitar espacios para una despedida simbólica por parte de las personas trabajadoras.
- e) En caso de contar con el recurso, puede facilitar ayuda psicológica y apoyo social para la persona trabajadora. Si no se cuenta con ayuda psicológica en el lugar de trabajo existen instituciones y organizaciones que pueden brindar ayuda profesional por medios telefónicos y virtuales, de manera gratuita o a un bajo costo como por ejemplo:

- Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica al teléfono 2272-37-74.
- Instituto Costarricense de Masculinidad, Pareja y Sexualidad WEM al teléfono 2225-75-11. info@institutowencr.org
- Despacho de Apoyo Psicológico a través de la Línea telefónica 9-1-1 o la 1322
- Servicios de salud de su comunidad (EBAIS, Clínicas y Hospitales)
- Universidades privadas que den el servicio como UCACIS, Universidad Latina, UACA y Universidad Hispanoamericana, entre otras; quienes mantienen clínica psicológica dada por estudiantes supervisada por profesionales en ese campo.

Guía de salud ocupacional y apoyo psicosocial en época de COVID-19. CSO

9. ¿Cuándo me podrían dar una orden de cierre total del lugar de trabajo?

La orden de cierre total de las instalaciones se emite cuando la persona empleadora incumple con los lineamientos generales del Ministerio de Salud y protocolos específicos del sector.

La clausura de las instalaciones puede ser total o parcial, temporal o definitiva, a su vez puede cancelarse o suspenderse los permisos de funcionamiento, quiénes pueden cumplir el acto administrativo son personas trabajadoras del Ministerio de Salud o cuerpos policiales del país (Artículos 363 y 364 de la Ley General de Salud y Decreto No. 42227-MP-S, artículo 12).

Ley General de Salud Art. 363 y 364 Decreto No. 42227-MP-S

10. ¿Cuándo se considera el contagio por COVID-19 un riesgo laboral?

Cuando la persona trabajadora se contagió de COVID-19 en el cumplimiento de sus labores y se logra establecer que la relación causal epidemiológica del contagio el trabajo que desempeña.

11. ¿Cuál es el procedimiento para referir a una persona trabajadora con COVID-19 al Instituto Nacional de Seguros (INS) por contagio en el lugar de trabajo?

La persona empleadora debe realizar una investigación de la relación causal entre las labores desempeñadas por la persona trabajadora y el contagio del virus, para lo cual debe abordar lo siguiente:

- a. Establecer el foco de contagio y el tiempo de exposición al virus por la persona trabajadora
- b. Presentar las pruebas que acrediten que el contagio se produjo con ocasión o como consecuencia de las labores de la persona trabajadora.
- c. Aportar documentos médicos que demuestran el diagnóstico de la enfermedad.

El procedimiento para referir a una persona trabajadora es a partir de la boleta de aviso de accidentes y enfermedad laboral la cuál debe tener el siguiente formato:

1. Se debe remitir el caso en forma virtual al correo electrónico consultasrt@ins-cr.com, si tiene alguna duda adicional la puede hacer por medio del [whatsApp8480-2177](https://api.whatsapp.com/send?phone=50684802177).
2. Se debe completar la Boleta de aviso de accidente o enfermedad laboral y orden de atención médica, con los siguientes cuidados:
 - a. En los datos del trabajador: poner con claridad la ocupación de la persona trabajadora, en este apartado es muy importante colocar la cuenta IBAN de la persona trabajadora.

Video informativo del INS
<https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=YJi-Z20B1Y0> y revisión según correo del 28 de agosto 2020. Consulta Departamento Riesgos del Trabajo INS.

- b. En los datos del patrono poner número de póliza, nombre del patrono y los demás datos solicitados.
- c. En los datos relativos al accidente indicar lo siguiente:
- Trabajador con sospecha o confirmación de COVID
 - ¿Cuál es la función al momento del contagio?
 - ¿Cómo se dio el contagio?
 - Síntomas
 - Tiempo de exposición

GRUPO  **INSTITUTO NACIONAL DE SEGUROS**
Seguro Obligatorio de Riesgos del Trabajo

AVISO DE ACCIDENTE O ENFERMEDAD DE TRABAJO Y ORDEN DE ATENCIÓN MÉDICA

CASO NUMERO

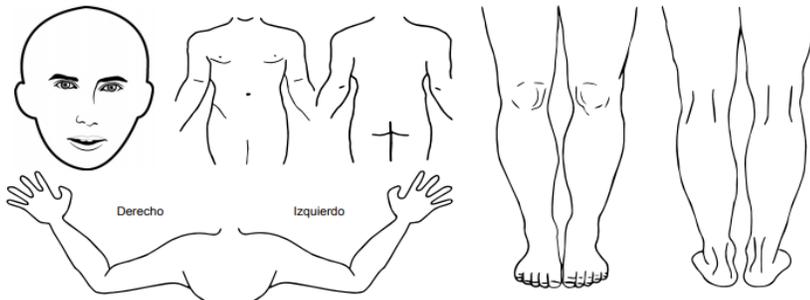
Señer Patrono: Este documento constituye una declaración de que el evento ocurrió en tiempo y forma. Debe ser llenado con un solo tipo de letra, legible, sin borrones o tachones, ni cualquier alteración que permita dudar de la autenticidad del documento. Favor llenar TODOS los campos solicitados.

DATOS RELATIVOS AL TRABAJADOR			
Primer Apellido:	Segundo Apellido:	Nombre Completo:	
Tipo de Identificación: <input type="checkbox"/> Persona física <input type="checkbox"/> Pasaporte	<input type="checkbox"/> Cédula de Residencia <input type="checkbox"/> Permiso Trabajo <input type="checkbox"/> DIMEX	Ocupación:	Estado civil <input type="checkbox"/> Soltero <input type="checkbox"/> Casado <input type="checkbox"/> Divorciado <input type="checkbox"/> Viudo <input type="checkbox"/> Célibe <input type="checkbox"/> Otro
Fecha de nacimiento:	Nacionalidad:	Género <input type="checkbox"/> Hombre <input type="checkbox"/> Mujer	Lugar de residencia
Día	Mes	Año	Provincia: Cantón: Distrito:
Dirección exacta:			
Calle:	Avenida:	Otras señas:	
Teléfono Domicilio:	Teléfono Celular:	Correo electrónico:	
Para el depósito de las prestaciones económicas en caso de declararse una incapacidad temporal o permanente, por favor ingrese la siguiente información: Número de cuenta IBAN (un dígito por espacio) Nombre del Banco			
C	R		
Se le recuerda que la cuenta indicada debe pertenecer al trabajador (se válida contra número de identificación) y cumplir con las disposiciones emitidas por el Banco Central de Costa Rica.			
DATOS RELATIVOS A LA RELACIÓN LABORAL			
Número de Póliza:	Nombre del Patrono:		
Lugar de trabajo:			
Correo electrónico:	Teléfono de la Oficina:	Fax:	
Forma de pago <input type="checkbox"/> Mensual <input type="checkbox"/> No Mensual	Fecha de ingreso a la empresa Día Mes Año	Días laborados por semana <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7	
DATOS RELATIVOS AL ACCIDENTE			
Forma de accidente			
<input type="checkbox"/> Caídas de personas	<input type="checkbox"/> Caídas de objetos	<input type="checkbox"/> Pisadas, choques o golpes por objetos	
<input type="checkbox"/> Atrapado por un objeto o entre objetos	<input type="checkbox"/> Esfuerzos excesivos o falsos movimientos	<input type="checkbox"/> Exposición/contacto con temperaturas extremas	

- d. En la casilla de fecha y hora: indicar la fecha en que se generó el aviso de accidente o enfermedad laboral.
- e. En la sesión en la que se indica seleccionar la parte lesionada, llenar únicamente el recuadro con la siguiente leyenda: Persona trabajadora con sospecha o confirmación de COVID-19.

DATOS RELATIVOS A LA ENFERMEDAD LABORAL	
¿Recibió el trabajador primeros auxilios o atención médica en un centro de salud diferente al INS? <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No	¿Dónde? (indique el nombre del centro médico)
¿Qué origina la enfermedad laboral?	¿Quién?
Mencione los síntomas que presenta el trabajador (a)	¿Cuándo?
Fecha aproximada en que inició con los síntomas reportados:	En caso de enfermedad laboral indicar la fecha en que suspende labores

Favor encerrar con un círculo, el área del cuerpo según el diagrama que se lesiona el trabajador en el accidente. Si son varias, amplíe el espacio de descripción.



Descripción de la parte del cuerpo lesionada:

12. ¿Cuál es el proceso de desinfección que se debe realizar en el lugar de trabajo si se identifica un caso COVID-19 positivo?

El procedimiento de desinfección puede ser asumido por las personas trabajadoras de limpieza habitual o puede contratarse una empresa para la desinfección, cualquiera de las dos, debe cumplir con lo indicado en los lineamientos vigentes realizados para tal fin.

- **Remover el polvo, no sacudir:** se remueve el polvo depositado sobre las superficies con un paño humedecido sólo con agua. Se dobla el paño en una serie de cuadros para proporcionar mayor cantidad de caras limpias. Se realizan pasadas rectas tanto en sentido horizontal como vertical, desde los extremos hasta el centro, comenzando por la parte más alta. No sacudir nunca el paño con el cual se quita el polvo.
- **Limpieza de superficies que se tocan con frecuencia:** desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia (muebles, puertas, escritorios, equipos de cómputo, apagadores, máquinas, herramientas, barandas o cualquier otro equipo de uso común) con una solución a base de alcohol de al menos entre 60° o 70° y desinfectantes o cualquier otro producto de limpieza que demuestre su eficacia ante el virus.

Para la limpieza de aparatos electrónicos (teléfonos, pantallas, teclados, audífonos, mouse, celulares, impresoras, entre otros), se utilizará una toalla limpia y desinfectante o productos especiales para limpieza de artefactos electrónicos, según recomendaciones de los fabricantes.

- **Barrido:** se remueve del piso los residuos y el polvo. Debe realizarse lentamente de forma tal que se evite que el polvo o algún otro agente presente en el piso se suspendan en el aire, esto puede evitarse colocando un trapo húmedo amarrado a la escoba o con un trapeador humedecido.

LS-PG-008 Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus COVID-19 5.1 Disposiciones generales para la limpieza y desinfección.

LS-PG-008 Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus COVID-19 5.2 Servicios sanitarios y baños.

El barrido debe realizarse desde los extremos más alejados del área hacia el centro y luego hacia la puerta de acceso. Se deben recoger los residuos en el recipiente o bolsa destinada para tal fin, no debe dejarse sin recoger de inmediato residuos detrás de las puertas o en áreas de mucha circulación.

- **Limpieza del piso:** se remueve la suciedad restante y se procede a la desinfección del piso con un limpia pisos humedecido con una solución de cloro a una concentración de 15 partes de cloro y 100 partes de agua. La limpieza del piso debe de realizarse de desde los extremos más alejados del área hacia afuera.
- **Limpieza y desinfección de los servicios sanitarios:** se recomienda realizar la desinfección con una solución de 5 partes de cloro y 95 partes de agua, preparado el mismo día que se va a utilizar. Antes de iniciar el lavado del inodoro se recomienda vaciar el agua del tanque al menos una vez. Posteriormente, se debe esparcir la solución desinfectante de cloro por todas las superficies del sanitario, iniciando por la parte exterior, la base, el área de atrás, las tuberías y las bisagras.

El lavatorio se limpia esparciendo la solución desinfectante sobre toda la superficie, iniciando de la parte exterior hacia adentro, cubriendo la desinfección de todas las áreas.

El piso se limpia con la solución desinfectante de cloro. Posteriormente se limpia con un “palodepiso” o “gancho” bien escurrido.

El espejo se limpia con un paño seco y al finalizar la limpieza se verifica que los drenajes (desagües) se encuentren despejados.

- **Limpieza y desinfección de fluidos biológicos:** deben ser limpiados de inmediato con una solución de cloro al 2%. Debe cubrirse el fluido o secreción con esta solución desinfectante y un trapo desechable.

LS-PG-008 Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus COVID-19 5.3 limpieza y desinfección de fluidos biológicos.

Posteriormente, con la ayuda de una escoba y una pala, se retira y se deposita en el recipiente de los residuos, el cual debe contener una bolsa. Dirigirse de nuevo al sitio contaminado e impregnar de nuevo el piso con la solución desinfectante y luego limpiar con el “palodepiso o gancho” limpio.

13. ¿Cuáles cuidados deben tener las personas que se encargan de los servicios de limpieza en los lugares de trabajo?

Cree uno o varios equipos específicos para mantener la limpieza y desinfección de los espacios. El equipo debe contar con los suministros, la capacitación y el equipo de protección personal necesarios para llevar a cabo estas tareas.

- a) Use guantes indicados según el producto a aplicar para limpiar y desinfectar. Limpie las superficies con agua y jabón; y luego use desinfectante en los mismos.
- b) Se recomienda utilizar un desinfectante aprobado para trabajar en la desinfección del SARS-CoV-2. Siga las instrucciones que figuran en la etiqueta para garantizar un uso seguro y eficaz del producto. También se pueden utilizar soluciones de cloro diluido si resultan adecuadas para la superficie. Cabe también la posibilidad de utilizar soluciones que contengan al menos un 60 %de alcohol.
- c) Las toallitas o aerosoles a base de alcohol (con al menos un 70 % de alcohol) pueden ser particularmente útiles para desinfectar aparatos electrónicos y otras superficies de mucho contacto.
- d) Se debe usar guantes y mascarillas siempre que se manipule residuos, no apretar los residuos tratando de reducir su volumen y no apoyar la bolsa contra el cuerpo tratando de cerrarla.

LS-PG-008

Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus COVID-19
5.1 Disposiciones generales para la limpieza y desinfección.

14. ¿Cuál es el proceso de limpieza que le debo dar a los vehículos de trabajo?

Los vehículos deben limpiarse internamente al inicio y final de cada jornada de trabajo principalmente en las superficies de contacto manual del vehículo (manijas, volante, tablero, botones, controles, marchas, o perillas de las ventanas, alfombras de la superficie del vehículo, ventanas laterales (el vidrio y espejos.), con soluciones desinfectantes de cloro al 0,1% o alcohol entre al menos el 60° y 70°, proporcionados por la persona empleadora quien debe garantizar que se cuente con este insumo.

Las operaciones de limpieza deben realizarse con el motor apagado sin la llave colocada, y si se usa alcohol para desinfección, dando al menos 15 minutos con ventanas abiertas después de la limpieza para que el alcohol se disipe de la cabina.

15. ¿Cuáles recomendaciones debe acatar la persona trabajadora durante la gira?

a) Durante el traslado

- No debe tocarse la cara, ojos o nariz sin haberse lavado las manos
- Cada vez que se baje del vehículo de trabajo para realizar los tiempos de alimentación, ir al baño o comprar algo de comer, recuerde lavarse las manos, si no tiene agua cerca utilice como medida temporal de desinfección alcohol en gel.
- Aplicar el protocolo de lavado de manos de manera frecuente es indispensable para la seguridad.
- Utilice ventilación natural.
- Durante todo el recorrido se recomienda utilizar mascarilla.

Guía para la prevención, mitigación y continuidad del negocio por la pandemia del COVID-19 en los centros de trabajo, inciso 3.12 medidas para reducir el impacto a la operación por caso positivo. Preparación

LS-PG-011. Lineamientos Generales de limpieza y desinfección de vehículos para propietarios, administradores y choferes de camiones de transporte de mercancías, instalaciones físicas y sanitarias en los puestos de CHECKPOINT en el marco de la alerta sanitaria por COVID-19. Pág. 8

b) Durante la gira

- Mantenga siempre la distancia entre personas de 1,8 metros como mínimo.
- Si entra a lugares cerrados con otras personas, la ocupación no debe exceder el 50% de su aforo.
- Durante la gira debe lavar sus manos frecuentemente, especialmente si tiene que tocar algunos objetos con sus manos.
- En espacios comunes mantenga la protección haciendo uso de mascarilla.

c) En su estadía en hoteles

- Cuide su higiene personal en todo momento.
- Siga los protocolos de lavado de manos frecuentemente, antes y después de cada comida o si ha estado en el área de restaurante o sodas, entre otros.
- Si dispone de artículos de limpieza durante la gira realice la desinfección de objetos como llaves, control remoto, documentos o cualquier otro objeto que haya podido ser manipulado por terceros previo a su ingreso.
- En espacios comunes mantenga la protección haciendo uso de mascarilla.

16. ¿Qué hacer si por desconocimiento trasladé en mi vehículo a una persona positiva por COVID-19 o con síntomas?

Si traslada en su vehículo una persona diferente a su burbuja social, debe utilizar equipo de protección personal, en especial la mascarilla, (en todo momento) quirúrgica, descartable, buen estado y utilizada correctamente recuerde lavarse las manos antes de colocarla y después de retirarla.

- a) Tenga a mano alcohol entre al menos 60° y 70°, para realizar la desinfección de las manos en caso de así requerirlo.
- b) Durante el trayecto utilice ventilación natural.
- c) Una vez concluido el traslado aplique el protocolo de desinfección del vehículo con el Equipo de Protección Personal recomendado: mascarilla quirúrgica, guantes de hule y botas. Limpie y desinfecte las superficies con las que ha estado en contacto la persona trasladada. Se recomienda que la limpieza se realice con una solución de cloro que contenga 0,01% de cloro activo. La disolución debe ser al momento de usarse.

LS-SS-003. Lineamientos generales para el traslado extra hospitalario (terrestre y aéreo) de personas con enfermedad respiratoria en el marco de la alerta sanitaria por coronavirus (COVID-19). Versión 7, 8 de mayo 2020. Inciso 6.1

17. ¿Puedo pedir medidas de seguridad a visitantes, proveedores y otros?

Los visitantes deben suscribirse a las medidas de seguridad que establezca el lugar de trabajo, como por ejemplo solicitar el lavado de manos, el control de temperatura, entre otros.

LS-CS-005

Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19. Versión 3, 5 de abril 2020. Numeral 5.2 Uso del espacio

18. ¿Cuáles son los carteles que debo colocar de forma visible en las instalaciones del lugar de trabajo?

- Lavado de manos: preferible con una infografía o dibujo, con colores brillantes, sin demasiado texto adjunto.
- Coloque carteles y letreros que recuerden a los trabajadores que deben evitar tocarse la nariz, los ojos o la boca.
- Carteles sobre distanciamiento social
- Burbuja social
- Síntomas frecuentes

Recuerde utilizar los afiches que se encuentran en el siguiente enlace de la página web del Ministerio de Salud. Enlace: Productos Gráficos de Ayuda, Ministerio de Salud

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/coronavirus>

LS-CS-009

Lineamientos generales para propietarios y administradores de centros de trabajo por COVID-19 Versión 7, 4 de julio 2020. Numeral 5.2 Acciones generales para ejecutar por responsables de los centros de trabajo, inciso b) Medidas de divulgación

19. ¿Cuál es la información que se recomienda solicitar a la persona trabajadora al ingresar al lugar de trabajo?

- Control de la temperatura corporal antes de acceder al lugar de trabajo. En caso de fiebre (temperatura de 38° o más), esperar 5 minutos para hacer una segunda toma, de persistir la temperatura de 38° o más se reporta a la jefatura para que procedan según corresponda.
- Aplicación optativa de cuestionario de ingreso al lugar de trabajo para identificar la sintomatología COVID-19 (fiebre, tos seca, dolor de garganta, dificultades para respirar, resfriado, por ejemplo, con secreción nasal o estornudos, pérdida del sentido del olfato, con o sin fiebre).

- c) Si se realiza algún control de síntomas, comunique claramente a las personas trabajadoras que el único motivo de este control es protegerlos de un posible contagio. Además, informe a las personas trabajadoras sobre cómo se gestionarán los datos.

20. Como persona empleadora ¿cuáles recomendaciones mínimas debo dar al personal de salud ocupacional y al personal designado para dar seguimiento a la atención de la pandemia por COVID-19 en el lugar de trabajo?

- a) Tener medidas estrictas de bioseguridad.
- b) Tomar en cuenta el cansancio físico por el uso de equipos de protección personal.
- c) Lavado de manos constante y uso de alcohol en gel.
- d) Medidas de distanciamiento físico en el momento de dar apoyo a quienes están enfermos, afectados o son casos sospechosos.
- e) Apego estricto a los procedimientos para prevenir decisiones precipitadas en una situación de emergencia.
- f) Conocer que existe mayor exposición y por ende mayor probabilidad de riesgo de ser infectados.
- g) Manejo apropiado de presiones, expectativas o sensaciones sobredimensionadas de las personas trabajadoras.

21. ¿Qué debo hacer si una persona trabajadora es víctima de violencia externa en la ejecución del trabajo por la aplicación de las medidas del COVID-19?

- a) Atender lo dispuesto en la Directriz CSO-004-2018, “Lineamiento para minimizar y controlar la Violencia Externa en la Ejecución del Trabajo”. Alcance 96, 11 de mayo del 2018.

https://cso.go.cr/legislacion/recomendaciones_directrices_del_cso/Directriz%20N%c2%b0%20CSO-004-2018%20Lineamiento%20para%20minimizar%20y%20controlar%20la%20violencia%20externa%20en%20la%20ejecucion%20del%20trabajo.pdf

2

PREGUNTAS Y RESPUESTAS PARA LA PERSONA TRABAJADORA



22. ¿Cuál es la información en torno al COVID-19 que toda persona trabajadora debe transmitir a la persona empleadora? ¿Cómo debe comunicarse esta información?

Debe informar cuando:

- Presente los siguientes síntomas: pérdida del olfato y cambio reciente en la percepción del gusto, dolor de garganta y tos, fiebre de 38° o más, falta de aliento y respiración dificultosa entre otros que se especifican en el Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19.
- Comunicar si padece de alguna enfermedad con factores de riesgo tal como se muestra en el siguiente cuadro:

Personas con riesgo de enfermedad severa	Inmunocomprometidos
Personas de 65 o más años	Tratamiento para el cáncer
EPOC o asma moderada / severa	Fumadores
Enfermedad cardiovascular	Receptores de trasplantes
Obesidad	Deficiencias autoinmunes
Diabetes	HIV mal controlada o SIDA
Personas que viven en establecimientos para larga estancia	Uso prolongado de esteroides
Enfermedad renal crónica que requiere diálisis	Uso de medicamentos que afecten el sistema inmune
Enfermedad hepática	
Hipertensión arterial	

LS-VS-001. Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19, 5 octubre 2020

- c) Síntomas de resfrío.
- d) Si fue diagnosticado como positivo por COVID-19 por prueba de laboratorio o por nexos.
- e) Si estuvo en contacto, reside en el domicilio o participó en alguna actividad social (deportes, fiestas, reunión) con personas diagnosticadas como casos sospechosos (probable) o confirmados de coronavirus (COVID-19).

Si la persona trabajadora presenta alguna de las condiciones anteriores se recomienda realizar la comunicación a la persona empleadora utilizando un medio verificable que el lugar de trabajo habilite para tal fin.

Los lineamientos emitidos por el Ministerio de Salud indican que en caso de presentar algún tipo de sintomatología no debe presentarse a su lugar de trabajo. Si los síntomas persisten se recomienda ponerse en contacto con la línea 1322, en caso de agravamiento debe trasladarse al centro de salud correspondiente.

LS-CS-005 Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19. Versión 3, 5 de abril 2020. Numeral 5. Contenido técnico / requisitos técnicos

23. ¿Cómo gestionar una incapacidad ante la CCSS por aislamiento o cuarentena por COVID-19?

- a) Estar al día con el pago del seguro social por trabajador asalariado o trabajador independiente.
- b) La orden sanitaria documento necesario para tramitar la incapacidad, actualmente la puede otorgar el Área Rectora de Salud del Ministerio de Salud dónde usted vive o la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS).
- c) Si la persona trabajadora consulta en la CCSS, y se considera que debe estar en aislamiento, en ese momento en la CCSS se emite la Orden Sanitaria. Acto administrativo emitido por el Ministerios de Salud y publicado en el Alcance 172 a la Gaceta No. 169 del 12 de julio de 2020 y por convenio entre el Ministerio de Salud y la CCSS para la notificación de la orden sanitaria.
- d) Para el trámite de la incapacidad un familiar o conocido debe presentar en el Área de Salud en el que se encuentre adscrita, el original de la orden sanitaria, la fotocopia de la cédula del paciente y una carta de autorización para hacer el trámite. Esto se debe realizar en los 5 días hábiles después de que le realizaron la orden sanitaria por aislamiento.

BROCHURE DE LA CCSS. Active su escudo contra el COVID-19. Comisión nacional evaluadora de licencias e incapacidad para asegurados activos (asalariados o trabajadores independientes)

- e) Si no tiene quien le ayude a realizar el trámite, lo puede hacer después de terminado el periodo de aislamiento con una nota de la persona empleadora que indique los días en que no laboró según la orden sanitaria y si es trabajador independiente debe presentar una nota en la que declara bajo juramento los días que no laboró, según la orden sanitaria.
- f) Las dudas o consultas sobre estos temas los puede hacer a los siguientes correos:
mvvargas@ccss.sa.cr o almorac@ccss.sa.cr

24. ¿Qué hacer cuando la persona empleadora no provee del equipo de protección a las personas trabajadoras?

La persona empleadora tiene la obligación de proporcionar sin costo alguno, el equipo y elemento de protección personal y de seguridad en el trabajo y asegurar su uso y funcionamiento (Código de Trabajo, artículo 284, inciso ch), sin embargo, no existe obligatoriedad en proveer este equipo para el traslado al lugar de trabajo haciendo uso del transporte público y viceversa.

La persona trabajadora puede denunciar vía telefónica o mediante correo electrónico cuando no se le otorga el equipo de protección, ante la Inspección General del Trabajo (MTSS), en la oficina regional correspondiente de acuerdo con la ubicación de su centro de trabajo. <http://www.mtss.go.cr/contactenos/mapa-oficinas.html>

25. ¿Cuál es el equipo de protección personal obligatorio que debe utilizar la persona trabajadora en época de pandemia por COVID-19?

El uso de mascarillas es una de las medidas de prevención y control de la propagación del COVID-19. Por tanto, en el lugar de trabajo, la mascarilla es de uso obligatorio, así como mantener el distanciamiento de 1,8 mts, además del cumplimiento del lavado de manos, la técnica del estornudo y la tos y evitar tocarse la cara, dado que no se contempla la figura de “burbuja laboral”.

LS-SS-006. Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición al COVID-19 en Servicios de Salud y Centros de trabajo. Versión 7. 19 octubre 2020

El EPP (Equipo de Protección Personal) para prevenir la transmisión del COVID-19 debe incluirse en los programas de salud ocupacional o con asesoría de un profesional en esta área.

Asignarse a las personas trabajadoras de acuerdo con los lineamientos para el coronavirus COVID-19 y a la evaluación de riesgos laborales del lugar de trabajo, realizada por el personal en salud ocupacional o con asesoría.

Para el uso del EPP se deben retirar todos los accesorios que cargue consigo (joyería, celular, carné de identificación, corbata u otros) para garantizar la protección y el adecuado funcionamiento del equipo de protección personal. En caso de tener el cabello largo, el mismo debe ser amarrado antes de proceder con la colocación del EPP.

El EPP para prevenir la transmisión de la enfermedad COVID-19, será obligatorio en lugares de trabajo con excepción para aquellos trabajadores que por sus tareas o condición médica, limitaciones de salud, físicas, cognitivas, psicosociales o motoras u otras enfermedades que imposibiliten el uso de EPP todo o en parte, así como aquellas que tengan dificultad para comprender y acatar los lineamientos acerca de estas, deben solicitar la evaluación correspondiente al médico tratante o profesional en salud ocupacional que respalde la excepción al uso de EPP y el medio alternativo que deberá utilizar.

26. ¿Cuál es el uso correcto de la mascarilla, como equipo de protección personal obligatorio en época de pandemia por COVID-19?

El uso correcto de la mascarilla quirúrgica o higiénica incluye los siguientes pasos:

- a) Lavar las manos antes y después de tocar la mascarilla.
- b) Asegúrese de utilizar el lado correcto de la mascarilla y revisar que no tenga rasgaduras o agujeros.
- c) Cúbrase la boca y nariz sin dejar espacio entre su cara y la mascarilla. No la use como collar o arete.
- d) Evite tocarse la mascarilla mientras la usa.
- e) Reemplace la mascarilla con una nueva cuando este húmeda. La mascarilla quirúrgica no es reutilizable.
- f) Al retirar la mascarilla, quítesela por detrás, sin tocar la frente y deseche inmediatamente.
- g) En el caso de mascarillas de tela se recomienda no manipularla con las manos sucias, no rociarle alcohol o desinfectante. Y lavarlas diariamente.

- h) Si debe alimentarse y utiliza una mascarilla es un buen momento para hacer el cambio.
- i) La mascarilla de tela debe lavarse una vez al día con jabón o detergente y agua caliente. Si la usa no debe guardarla ni tenderla para su ventilación sin lavarla.

27. ¿Quién me da la orden sanitaria?

La orden sanitaria será emitida por el Área Rectora de Salud donde vive la persona trabajadora si la prueba fue realizada a nivel privado. Si la persona trabajadora consulta en la CCSS, y se considera que debe estar en asilamiento, en ese momento la CCSS emite la orden sanitaria. Las personas trabajadoras que se desempeñan en el Ministerio de Justicia y Paz y Ministerio de Seguridad Pública, los médicos de empresa al detectar un caso, tienen la investidura para emitir y notificar la orden sanitaria. En caso de que la persona trabajadora tenga dudas que se comunique con la línea 1322

Es recomendable que la persona trabajadora de encontrar algún atraso solicite la misma vía correo electrónico registrando el nombre de la persona que le atendió y la hora. En caso de no obtener respuesta en tiempo es prudente dar seguimiento constante al trámite de emisión de la orden sanitaria.

Mediante los siguientes enlaces ubicará información de contacto de las áreas rectoras del Ministerio de Salud:

http://geovision.uned.ac.cr/oges/visores/catalogo/establecimientos_y_servicios/ministerio_de_salud.html

https://www.ministeriodesalud.go.cr/empresas/contactos_areas_rectoras_salud.xlsx

Es importante reiterar que la orden sanitaria es requisito indispensable para poder gestionar la incapacidad respectiva.

28. Si soy positivo y requiero trasladarme a un centro hospitalario, ¿Cómo me traslado?

Debe llamar 1322 o 9-1-1 especificar que es caso positivo de COVID-19 confirmado que requiere traslado, anotar el nombre de quién le atendió así como solicitar el número de incidente.

CCSS Acto administrativo emitido por el Ministerios de Salud y publicado en el Alcance 172 a la Gaceta No. 169 del 12 de julio de 2020 y por convenio entre el Ministerio de Salud y la CCSS para la notificación de la orden sanitaria.

LS-VS-001. Versión 16. Lineamientos Nacionales para la vigilancia de la enfermedad del COVID-19. Versión 16, 5 octubre 2020.

29. ¿Qué debo hacer si por la ejecución de mi trabajo soy víctima de violencia externa por un usuario?

Atender lo dispuesto en la Directriz CSO-004-2018, “Lineamiento para minimizar y controlar la Violencia Externa en la Ejecución del Trabajo”. Alcance 96, 11 de mayo del 2018.

https://cso.go.cr/legislacion/recomendaciones_directrices_del_cso/Directriz%20N%c2%b0%20CSO-004-2018%20Lineamiento%20para%20minimizar%20y%20controlar%20la%20violencia%20externa%20en%20la%20ejecucion%20del%20trabajo.pdf

30. ¿Si en mi lugar de trabajo no cumplen los lineamientos del Ministerio de Salud, que puedo hacer?

Debe presentar su denuncia con la ubicación y número de teléfono del lugar de trabajo, la descripción de lo que está pasando, preferiblemente con la referencia al lineamiento que se está incumpliendo y la evidencia. Indicar si la denuncia es anónima y un correo para notificación. Enviarla al correo: dac.denuncias@misalud.go.cr

31. ¿Cuáles son las recomendaciones que debo atender si me traslado a mi trabajo utilizando el servicio de transporte público?

- Lleve el dinero de su pasaje completo, de manera que se evite, en mayor medida, el contacto por el intercambio de vueltos.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca ya que son zonas más vulnerables para contagio de agentes infecciosos.
- Cubrirse cuando tose o estornude, utilizando los protocolos de tos y estornudo.
- Porte y use un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos entre 60° y 70°.
- Utilizar formas alternativas de saludar que no impliquen el contacto físico.
- Utilizar la mascarilla o mascarilla juntamente con la careta (nunca únicamente la careta) mientras hace fila o espera abordar el transporte público; y dentro del vehículo durante todo el momento del viaje.
- No quitarse la mascarilla, hablar y/o consumir alimentos durante todo el momento en que se viaja, esto con el propósito de mantener la protección que la mascarilla brinda.

LS-SP-001.
Lineamientos Generales para propietarios, administradores y usuarios de transporte público de personas a nivel nacional. (Modalidad “Ruta Regular”, Servicios Especiales de Turismo y Trabajadores; así como, lanchas, trenes y similares) en el marco de la alerta sanitaria por COVID-19. Pág. 7 Versión: 007 07-setiembre-2020

-
- h) Si usted identifica el incumplimiento de los lineamientos por parte de la empresa que brinda el servicio de transporte público, puede presentar su una inconformidad ante el Centro de Llamadas del CTP (25869090) o a través de la siguiente dirección electrónica:
<https://www.ctp.go.cr/servicios/participaci%C3%B3n%20Ciudadana/inc-onformidades-de-transporte%20p%C3%ABlico.html>

ANEXO

ANEXO1. PEDILUVIO

- Este pediluvio podrá ser con alfombra para alto tránsito peatonal (altura no menos de 0,5 cm), construido de material resistentes, antideslizante, de fácil y rápido mantenimiento, con capacidad igual o superior a 120 kg de peso, con capacidad para líquido desinfectando al menos de 1 litro, con dimensiones sugeridas de 44 cm de largo, 35 cm ancho y 1,8 cm de altura como se muestran a continuación:



Fuente: fotos tomadas de internet

- La solución desinfectante por utilizar en los pediluvios deberá contar con la acción biocida que desinfecte en el menor tiempo posible dichas suelas

PD. Se les recuerda a las personas trabajadoras que al ingresar a su casa deben cambiarse el calzado, proceder a cambiarse la ropa, lavarse las manos antes de tener contacto con su familia y principalmente si su viaje lo realiza en transporte público.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Lineamientos Nacionales para la vigilancia de la infección por Coronavirus (2019- n CoV). Ministerio de Salud. 2020. Recuperado de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

Guía para la prevención, mitigación y continuidad del negocio por la pandemia del COVID en los centros de Trabajo. 2020. MEIC, MTSS, CNE. Recuperado de https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/guia_continuidad_negocio_v1_21042020.pdf

Guía Práctica de salud y Seguridad en el trabajo (SST) Prevención y Mitigación del COVID-19 en los lugares de trabajo en Costa Rica. OIT. 2020 recuperado de https://www.aedcr.com/sites/default/files/docs/guia-practica-de-salud-y-seguridad-en-el-trabajo_oit.pdf

Regresar al Trabajo de forma segura. Guía para los empleadores sobre la prevención de la COVID-19. OIT. 2020 recuperado de https://www.ilo.org/actemp/publications/WCMS_744784/lang--es/index.htm