



COORDINACIÓ D'ACTIVITAT PREVENTIVA EMPRESSES EXTERNES AMB MATEIXA ACTIVITAT

Aquest document recull les mesures de prevenció aplicables en les diferents fases de desescalada del confinament previstes a la UB i que han de ser facilitades per la institució de procedència al seu personal

Per al treball presencial a instal·lacions de la Universitat de Barcelona

1. Recorda que no pots venir a treballar de forma presencial:
 - Si tens alguns dels símptomes que puguin estar associats amb el coronavirus.
 - Si has estat en contacte estret amb una persona amb possible COVID-19 els darrers 14 dies.
2. Verifica que la teva institució:
 - I. T'ha informat sobre els riscos i les mesures de protecció a adoptar, i específicament sobre les mesures de seguretat i salut i les recomanacions de les autoritats sanitàries relacionades amb la COVID-19.
 - II. T'ha subministrat el material de protecció adient a la tasca a realitzar, així com el necessari per afrontar els riscos derivats de la situació d'alerta sanitària ocasionada per la Covid-19, en consonància amb allò establert per part de la UB.
 - III. Ha considerat la possible presència de personal especialment sensible en relació a la infecció per coronavirus SARS-CoV-2, i ha adoptat, si escau, les mesures preventives corresponents que et permetin realitzar el treball sense elevar el risc per a la teva salut.
3. Tot el personal de les institucions que concorren a la UB compliran les mateixes normes de seguretat establertes amb caràcter general per al personal de la UB.
4. Acorda amb la teva o el teu responsable de la UB les mesures organitzatives que es descriuen a continuació, que van orientades a aconseguir garantir la distància interpersonal de seguretat i informa a la teva institució si escau. Defineix en cas necessari:
 - La redistribució d'espais de treball,
 - Establiment de torns,
 - Flexibilitat de l'horari,
 - Identificació de tasques en què serà difícil respectar la distància de seguretat per tal de:
 - Incorporar barreres físiques i elements de separació (mampares).
 - Determinar les condicions en què serà obligatori l'ús d'elements de protecció sanitaris (pantalles facials, guants, ...) o equips de protecció individual (mascaretes FFP2, ...) en funció de l'activitat. Recorda que la mascareta és obligatòria actualment en qualsevol activitat i independentment de la distància de seguretat.

5. En accedir al teu lloc de treball i durant l'exercici de la teva activitat presencial, recorda:

- I. Les normes bàsiques que has de complir en tot moment:
 - o Quan accedeixis al centre has de desinfectar-te be les mans amb gel hidroalcohòlic i deixar-lo assecar abans de fer qualsevol activitat.
 - o Portar ben posada la mascareta.
 - o Mantenir sempre la distància interpersonal segura (>1,5m).
 - o Rentar-te freqüent i exhaustivament les mans amb aigua i sabó o amb gel hidroalcohòlic¹.
- II. Que has de posar-te la mascareta quirúrgica que t'hauran facilitat a l'entrada, i portar-la posada sempre i independentment de la distància, d'acord amb la normativa actual: [Resolució SLT/1648/2020](#)
La mascareta quirúrgica l'has d'anar renovant en funció del seu ús.
- III. Has de rentar-te be les mans amb freqüència, i sempre que:
 - o Vagis al lavabo
 - o Després de tossir, esternudar o mocar-se
 - o Abans de menjar o de manipular aliments
 - o Després de manipular deixalles o escombraries
 - o Després d'embrutar-se les mans
- IV. Has de posar-te guants obligatòriament si:
 - o Reps material o paquets (recorda que has de desinfectar-los abans de manipular-los sense els guants)
 - o Fas servir equips, eines o materials d'ús comú (que hauràs de desinfectar amb una tovalloleta impregnada en gel hidroalcohòlic abans i després de fer-los servir).
 - o Desinfectes espais, taules, etc. amb productes químics com ara solució de lleixiu diluït o altres. (En aquest cas has de fer servir també ulleres de protecció o pantalla facial)

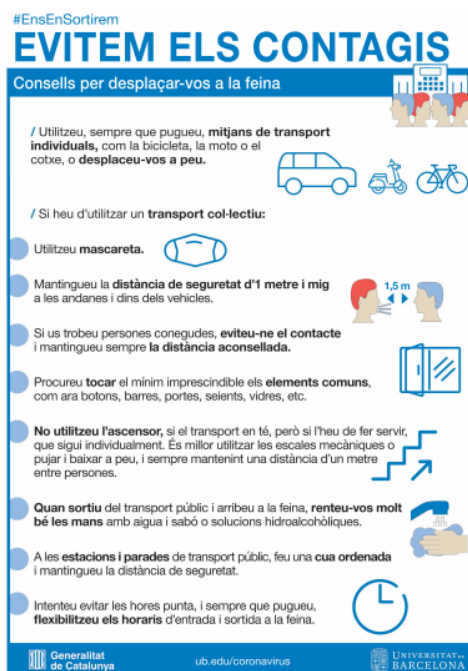
No és aconsellable l'ús continu de guants, donat que només serveixen de protecció si es fan servir correctament i poden generar una falsa sensació de seguretat.

6. Aquí tens unes infografies per aprendre a posar-te correctament la mascareta i els guants:



¹ És important deixar assecar be el gel hidroalcohòlic i no fer servir, de forma immediata cap equip que pugui tenir foc o flama.

7. No oblidis les recomanacions sanitàries:



8. Fem un petit repàs:

- Compleix amb totes les mesures de prevenció que se t'indiquin.
- Manté sempre la distància de seguretat interpersonal d'1.5 metres.
- Evita la salutació amb proximitat i el contacte físic, especialment l'encaixada de mans.
- Evita, en la mesura del possible, utilitzar equips, dispositius, estris i objectes d'altres treballadors. En cas que sigui necessari, augmenteu les mesures de precaució i, si podeu, desinfecteu-los abans i després d'usar-los. Si no és possible, renteu-vos les mans immediatament després d'haver-los fet servir.
- Renta't freqüentment les mans amb aigua i sabó, i utilitzeu les solucions hidroalcohòliques. Cada rentat ha de durar almenys 20 segons, amb aigua i sabó, i fes-ho especialment després de tossir o esternudar o després de tocar superfícies potencialment contaminades.
- Cobreix-te el nas i la boca amb un mocador d'un sol ús en tossir i esternudar, i llença'l a continuació a una galleda d'escombraries (fracció resta). Si no disposeu de mocadors, empreu la part interna del colze per no contaminar les mans.
- Evita tocar-te els ulls, el nas o la boca.
- Facilita el treball al personal de neteja quan abandonis el teu lloc deixant-lo lliure d'objectes i qualsevol element que dificulti la neteja i la desinfecció.
- Llença qualsevol deixalla d'higiene personal -especialment, els mocadors d'un sol ús- immediatament a les papereres o contenidors.
- Si notes que comences a tenir símptomes, avisa als teus companys i superiors, extrema les precaucions tant de distanciament social com d'higiene mentre estiguis al lloc de treball i contacta immediatament amb el servei de prevenció de riscos laborals, amb el teu metge d'atenció primària, al telèfon d'atenció a la COVID-19, o utilitza l'aplicació STOP COVID19 CAT des del teu telèfon mòbil o tauleta.

TREBALLA SEGUR i davant de qualsevol dubte, contacta amb la persona responsable del teu espai, amb el servei de prevenció de la teva institució . La integració de la prevenció és vital en aquesta situació: Co-responsabilitza't!!