



**Cámara
de Comercio
y Servicios
del Uruguay**

**HERRAMIENTAS DE PREVENCIÓN
PARA LAS EMPRESAS URUGUAYAS**

**Abril
2020**

HERRAMIENTAS DE PREVENCIÓN PARA LAS EMPRESAS URUGUAYAS

Este informe pretende dar respuesta a las inquietudes y dudas generadas en el sector comercio y servicios ante la llegada del COVID-19 a nuestro país. Para realizarla se han tenido en cuenta las diferentes instrucciones y recomendaciones elaboradas por el Ministerio De Salud Pública, el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social y el CONASAT. Además, incorporamos algunas recomendaciones específicas para las zonas de venta.

Más abajo encontraran un compendio de información, su eficacia depende del compromiso de todos, las empresas, su personal y los consumidores para poder hacer frente a la pandemia de coronavirus con éxito.

Desde la Cámara de Comercio y Servicios del Uruguay nos mantenemos a las órdenes para aclarar todas las inquietudes que sean necesarias.



The infographic is a blue rectangular box containing contact information for the National Plan for Coronavirus. On the left side, there are logos for the 'Plan Nacional Coronavirus COVID-19', the 'Ministerio de Salud Pública' (Ministry of Public Health), and the website 'msp.gub.uy'. The right side is organized into a list of communication channels, each with an icon, a description, and a contact point. The channels include: a phone icon for 'Servicio de información' with the number '0800 1919'; a WhatsApp icon for 'Whatsapp' with the number '098 99 99 99'; a computer monitor icon for 'ChatBot Botón azul abajo a la derecha' with the website 'coronavirus.uy'; a Messenger icon for 'Messenger' with the handle '@MSPUruguay'; and a mobile app icon for 'Aplicación móvil para Android e IOS' with the name 'Coronavirus UY'. At the bottom right, there are icons for the Google Play and Apple App Store, with the text 'Descargable desde' above each.

	Servicio de información	0800 1919
	Whatsapp	098 99 99 99
	ChatBot Botón azul abajo a la derecha	coronavirus.uy
	Messenger	@MSPUruguay
	Aplicación móvil para Android e IOS	Coronavirus UY

msp.gub.uy

Descargable desde Google Play | Descargable desde App Store

INFORMACIÓN BÁSICA

¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus (CoV) son una gran familia de virus que pueden causar enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades graves, tanto en humanos como en animales. El coronavirus que se ha descubierto recientemente causa la enfermedad COVID-19.

¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad causada por el coronavirus que se ha descubierto recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes del inicio del brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

¿Cuáles son los síntomas de las personas con COVID19?

Los síntomas más habituales son fiebre y síntomas respiratorios (tos, dificultad para respirar). En casos más graves, la infección puede causar neumonía, insuficiencia respiratoria, insuficiencia renal e incluso la muerte.

¿Se puede transmitir la infección por coronavirus de persona a persona?

Sí, algunos coronavirus pueden transmitirse de persona a persona. Habitualmente se produce después de un contacto cercano con una persona infectada a través de las gotitas que ésta produce al estornudar o toser.

¿Qué puedo hacer para protegerme?

Las recomendaciones estándar para reducir la exposición y la transmisión de una variedad de infecciones respiratorias incluyen: higiene de manos, cubrir la nariz al toser y estornudar (idealmente con un pañuelo descartable y luego desecharlo) y evitar el contacto cercano, cuando sea posible, con cualquier persona que muestre síntomas de infección respiratoria, tales como tos y estornudos.

¿Existe una vacuna para este nuevo coronavirus?

No se cuenta con vacuna actualmente disponible frente a este agente.

¿Existe un tratamiento para la infección por coronavirus?

No existe un tratamiento específico para la enfermedad causada por este nuevo coronavirus. Sin embargo, muchos de los síntomas son tratables. El tratamiento a implementar dependerá del estado clínico de cada paciente.

¿Qué debo hacer si estuve en contacto con alguien con diagnóstico de coronavirus?

El período de incubación para coronavirus es de hasta 14 días aproximadamente. Durante este período, es necesario estar atento a la aparición de fiebre y/o

sintomatología respiratoria y realizar la consulta médica precoz informando el antecedente de contacto con un caso confirmado

¿Qué debe hacer una persona que presenta síntomas respiratorios y fiebre que, en los últimos 14 días, haya viajado a China o a un destino donde se identificaron casos confirmados?

La recomendación ante esta situación es que esa persona consulte en su servicio de salud a la brevedad, mencionando el antecedente de haber viajado a China o a algún destino en donde existen casos confirmados de esta enfermedad.

¿El coronavirus puede sobrevivir en superficies, por ejemplo, en paquetes llegados de China?

La OMS ha informado, en forma preliminar, que este virus no puede sobrevivir más de 24 a 48 horas en una superficie a temperatura ambiente. No se han detectado casos de coronavirus transmitidos por esta vía.

MEDIDAS GENERALES DE PREVENCIÓN

Lávese las manos frecuentemente

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón.

¿Por qué? Lavarse en forma correcta es una de las formas más eficaces de combatir muchas enfermedades transmisibles entre ellas el virus de la enfermedad COVID -19.

Adopte medidas de higiene respiratoria

Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el pliegue del codo o con un pañuelo descartable; deseche el pañuelo en un recipiente adecuado y lávese las manos.

¿Por qué? Al cubrir la boca y la nariz durante la tos o el estornudo se evita la propagación de gérmenes entre ellos los virus.

Evite el contacto con personas que están cursando infecciones respiratorias. Esto es particularmente importante en personas mayores o portadores de enfermedades crónicas o con sistemas inmunes debilitados.

¿Por qué? Estas personas tienen mayor riesgo de cursar cuadros graves por este y por cualquier virus respiratorio.

Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo

Indique a su médico si ha viajado a una zona en la que se haya notificado la presencia de la COVID - 19, o si ha tenido un contacto cercano con alguien que haya viajado desde estas zonas y tenga síntomas respiratorios.

¿Por qué? Siempre que tenga fiebre, tos y dificultad para respirar, es importante que busque atención médica de inmediato, ya que dichos síntomas pueden deberse a una infección respiratoria o a otra afección grave. Los síntomas respiratorios con fiebre pueden tener diversas causas, y dependiendo de sus antecedentes de viajes y circunstancias personales, la COVID- 19 podría ser una de ellas.

Para contener la difusión del COVID 19, los trabajadores también podemos colaborar.



Lávese las manos con agua y jabón cuando le sea posible. En caso contrario, use alcohol en gel.



Al toser o estornudar, cubra su boca y nariz con el pliegue del codo o con un pañuelo desechable.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.



Evite compartir artículos personales, tales como cubiertos, platos, vasos o botellas.



Evite el contacto cercano con personas que tienen fiebre, tos u otros síntomas respiratorios.



Mantenga los ambientes bien ventilados.



Si presenta cualquier tipo de sintomatología consulte a su médico.

Pieza del MSP adaptada por la CCSU

La prevención del COVID 19 está en nuestras manos.

VIDEOS COMPLEMENTARIOS

[Cómo debe protegerse la población de mayor riesgo](#)

[Cómo protegerme del Coronavirus si debo salir de casa](#)

[Cómo protegerme del Coronavirus al llegar a casa](#)

[7 acciones para cuidarnos](#)

[3 cosas que debes saber](#)

LAVADO DE MANOS

¿Cómo lavarse las manos?

DURACIÓN DEL PROCEDIMIENTO:
40 A 60 SEGUNDOS



1 Mójese las manos con agua



2 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos



3 Frótese las palmas de las manos entre sí



4 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazado los dedos y viceversa



5 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



6 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



7 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa



8 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa



9 Enjuáguese las manos con agua



10 Séquese con una toalla desechable



11 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo



12 Sus manos son seguras.

Pieza del MSP adaptada por la CCSU

La prevención del COVID 19 está en nuestras manos.

MEDIDAS DE HIGIENE PERSONAL

- Lavarse las manos frecuentemente, el virus sobrevive en nuestras manos solo 10 minutos, pero es tiempo suficiente para que nos lo restreguemos por los ojos, o toquemos boca y nariz.
- En los puestos de trabajo donde no cuenta con agua y jabón o el tipo de trabajo no le permite lavarse las manos con cierta periodicidad, la empresa deberá disponer de alcohol en gel que contenga por lo menos un 60% de alcohol.
- Evitar el contacto estrecho y mantener una distancia de más de un metro con otras personas. Esta medida es especialmente para las personas con algún síntoma.
- Cubrirse nariz y boca al momento de estornudar o toser, utilizando el pliegue del codo o pañuelos desechables. Lavarse las manos automáticamente.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.

ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

- No permitir el acceso del personal que se encuentre en aislamiento obligatorio.
- Entre trabajadores, y/o con el público se sugiere que se mantenga una distancia nunca inferior a un metro y medio.
- Se recomienda evitar la concentración de personas en todos los lugares de trabajo.
- Se sugiere reducir las reuniones presenciales, priorizando otros métodos de comunicación a distancia o por aplicaciones móviles. En caso de ser necesaria la reunión presencial se harán los máximos esfuerzos para que las condiciones de las instalaciones y el número de participantes, eviten razonablemente cualquier tipo de contagio.
- La Empresa podrá establecer régimen de cuarentena para aquellos empleados que: hayan tenido contacto cercano con una persona con COVID19, o hayan estado recientemente en el exterior.
- La Empresa podrá utilizar el teletrabajo a distancia, tratando de mantener la calidad y control del trabajo bajo esta modalidad.
- Se recomienda que la Empresa evalúe limitar los viajes al exterior por parte del personal.
- Se evaluará, alertará y actuará de conformidad en el caso de posibles contagios al resto de los trabajadores que estuvieron en contacto con el eventual infectado dentro de un período no inferior a los 14 días previos a la aparición de los síntomas de la enfermedad.

PREVENCIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO

- Siempre que sea posible la empresa debe establecer un sistema de trabajo en turnos, con rotación de empleados para minimizar riesgos. Debemos realizar una correcta limpieza y desinfección de los puestos de trabajo en el cambio de turno.
- Ventilación adecuada de todos los locales.
- Antes de iniciar tus labores debes comenzar limpiando y desinfectando tus implementos: escritorio, teclado, mouse, laptop, teléfono, celular, lapicero y todo objeto o superficie que usemos para el trabajo. Una correcta desinfección, usando por ejemplo toallas desinfectantes, debe durar entre 3 y 5 minutos, dejando húmeda la superficie.
- Promover el lavado de manos y proveer al personal de alcohol en gel, toallas desinfectantes, mascarillas y guantes desechables.
- Mantener orden y limpieza de los sectores de bienestar comedores, vestidores y baños.
- Disponer de una persona que se ocupe de la limpieza y desinfección.
- Reforzar la limpieza de las instalaciones, como salas de reuniones, recepción, mostradores, mantenimiento y limpieza de equipos de aire/ventilación. 10. Colocar cartelera para concientización ante el COVID-19.
- Higiene y desinfección diaria de la ropa de trabajo, equipos de protección personal, que sean entregados al personal.
- Las empresas que cuenten con ascensores deben extremar las medidas de limpieza y se recomienda al personal utilizar un pañuelo descartable u otro objeto para presionar los botones.
- Las empresas que tengan ingreso con huella dactilar, se sugiere suspenderlo.
- Guardar distancia y evitar el contacto físico entre el personal, proveedores y clientes.
- No compartir artículos personales que supongan riesgo de contagio, tales como el mate, botellas, cubiertos, y vajilla.
- Si una persona sospecha de contagio, deberá monitorearse, tomándose la fiebre 2 veces al día. De presentar síntomas, deberá notificar a su encargado de forma inmediata.

ZONAS COMUNES

- Revisar al menos diariamente el correcto funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desechable y papel desechable. Si alguno de estos artículos no se encuentra en condiciones debemos realizar el cambio automáticamente.
- También debemos revisar el funcionamiento y la limpieza de baños incluyendo las canillas, manijas de puertas, etc.

DIFUSIÓN Y COMUNICACIÓN

La Empresa dará amplia difusión y comunicación a todo el personal respecto del presente Protocolo, así como todas las medidas de prevención, control, y actuación que sean emitidas por las autoridades públicas en relación al COVID 19. Asimismo, deberá informar a todo su personal sobre la enfermedad del COVID-19, sus características, riesgos y síntomas, pudiendo colocar cartelera informativa a tales efectos.

Para atender a tus clientes te recomendamos:



Informar mediante cartelera los procedimientos de higiene publicados por el MSP.



Tener alcohol en gel a disposición de los clientes.



Evitar la manipulación directa de alimentos, especialmente los no envasados, por parte de los clientes.



Procurar que haya una distancia mínima de 1,5 mts. entre el cliente y la persona que atiende.



Utilice guantes para cobrar.



Marcar una línea de seguridad en el suelo para asegurar la distancia entre el cliente y el personal.



Los productos que sean devueltos deben ser desinfectados.



Mantener el orden y la limpieza de los sectores de bienestar como comedores, vestidores y baños.



Facilitar entregas a domicilio con pago online para evitar el uso de efectivo.



Estimular el pago con tarjeta.



El personal debe utilizar tapaboca y guantes.



No permitir el acceso del personal que se encuentre en aislamiento obligatorio.



Aplicar turnos rotativos.



Evitar reuniones presenciales. En caso de hacerlas, aplicar los mecanismos de prevención y distanciamiento correspondientes.



Limitar el ingreso de clientes para evitar aglomeraciones.

La prevención del COVID 19 está en nuestras manos.

RECOMENDACIONES PARA ZONAS DE VENTA

- Informar mediante cartelera a las personas trabajadoras y a los clientes de los procedimientos de higiene publicados por las autoridades sanitarias.
- La permanencia en los establecimientos comerciales deberá ser la estrictamente necesaria para que los consumidores puedan realizar la adquisición de alimentos y productos de primera necesidad.
- Se debe evitar la manipulación directa por parte de los clientes de los alimentos, especialmente los no envasados, y de equipos, facilitando el servicio a los clientes para minimizar el uso del sistema de autoservicio. Se recomendará el uso de guantes desechables de un solo uso en las zonas de autoservicio, que deberán estar siempre disponibles.
- Utilización de guantes para cobrar.
- Evitar que el personal que manipule dinero u otros medios de pago despache simultáneamente alimentos.
- Distancia entre vendedor-cliente y entre clientes, tanto en el proceso de compra como en las colas de atención y de pago de al menos 1 metro.
- En caso de picos con afluencia masiva de clientes y cuando no se pueda garantizar la distancia mínima de seguridad, una vez se haya cogido turno, recomendamos esperar fuera del establecimiento.
- Se informará claramente a los clientes sobre las medidas organizativas y sobre la necesidad de cooperar en su cumplimiento.
- Se sugiere marcar una línea de seguridad en el suelo y/o cartelera informativa tanto en la zona de caja como en la venta directa al consumidor de forma que se asegure la distancia entre cliente - producto - personal del local.
- Se recomienda el uso de mamparas o elementos físicos que aseguren la protección de vendedor/cliente en las cajas de cobro mamparas de plástico o similar, rígido o semirrígido, de fácil limpieza y desinfección de forma que una vez instalada quede protegida la zona de trabajo.
- Si el producto se encuentra expuesto directamente al cliente sin envasar, se recomienda proteger en vitrinas, plástico, cristal, metacrilato o cualquier otro material que garantice su higiene. En el caso de productos de la pesca o de frutas y verduras y hortalizas en despacho asistido podrá establecerse una distancia de seguridad adaptada al tamaño del establecimiento. En el caso de frutas y verduras en autoservicio deberán recogerse recomendaciones respecto al lavado y tratamiento del producto y el uso de guantes desechables.
- Uso de carteles llamando a la solidaridad y respeto de las recomendaciones.
- Facilitar entregas a domicilio, únicamente realizadas por pago on-line para evitar el uso de efectivo, y preferiblemente depositar la entrega en la puerta del domicilio, sin acceder a la vivienda, manteniendo en todo caso la distancia de al menos 1 metro con el cliente y sin ningún contacto físico. Al personal de reparto,

sea propio o subcontratado, se les facilitará gel o solución alcohólica sustitutiva del lavado de manos, para proceder de manera inmediata a la higiene necesaria entre cada entrega. Asimismo, se recomienda mantener en óptimo estado de limpieza el transporte utilizado para el reparto, interior y exteriormente.

- Disponer de papeleras con tapa y pedal para depositar pañuelos y otro material desechable que deberán ser limpiadas de forma frecuente.
- Asegurar la distancia entre el cliente y los productos no envasados: carnes, pescados, frutas y hortalizas, panadería, confitería y pastelería... Se recomienda que el vendedor utilice guantes, cumpliendo con la reglamentación sobre manipulación de alimentos si es el caso. En el caso de no contar con ellos, se extremarán las medidas de seguridad y la frecuencia en la limpieza y desinfección.
- Imagen de limpieza segura en todo momento.
- En el caso de devolución de productos, se debe realizar su desinfección.

ACCIONES ANTE CASOS SOSPECHOSOS DE COVID-19

- Evitar contacto con la persona enferma.
- Notificar inmediatamente los síntomas al encargado de cada sector.
- El encargado deberá notificar a RR/HH, y Técnico Prevencionista y/o medico ocupacional en caso que se cuenten con dichos servicios de forma permanente.
- Si el servicio de Técnico Prevencionista y/o medico ocupacional no se encuentre permanente, se deberá derivar la situación al prestador de salud del afectado. Si este último no cuenta con prestador de salud, deberá ser derivado al Centro Hospitalario por la emergencia médica móvil.
- Ante lo actuado, se deberá realizar el seguimiento e informe escrito correspondiente.

LINKS DE INTERES

- [Información actualizada sobre COVID-19](#)
- [Presidencia](#)
- [Ministerio de Salud Pública](#)
- [Ministerio de Trabajo y Seguridad Social](#)
- [Encuesta abierta para empresas CCSU segunda edición](#)
- [Informe encuesta CCSU primera edición](#)