



**OFICINA DE INFRAESTRUCTURA
DIVISION DE ESTUDIOS Y PROYECTOS**

**PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DEL COVID-19
EN LA EJECUCIÓN DE:**

**"REPARACIÓN DE PISTA EN EL (LA) Y VEREDAS EN LA
URBANIZACIÓN QUINTA ANA MARÍA EN LA LOCALIDAD PIURA,
DISTRITO DE PIURA, PROVINCIA PIURA, DEPARTAMENTO PIURA"**

JULIO 2020



CONTENIDOS

1. DATOS DE LA ENTIDAD PUBLICA (RAZÓN SOCIAL, RUC, DIRECCIÓN, REGIÓN, PROVINCIA, DISTRITO)
2. DATOS DEL LUGAR DE TRABAJO
3. DATOS DEL SERVICIO DE SEGURIDAD Y SALUD DE LOS TRABAJADORES
4. BASE LEGAL
5. DEFINICIONES
6. DISPOSICIONES ESPECIFICAS
7. INTRODUCCIÓN
8. OBJETIVOS
9. NOMINA DE TRABAJADORES POR RIESGO DE EXPOSICIÓN A COVID – 19
10. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS DE PREVENCIÓN DEL COVID – 19
 - a. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LOS CENTROS DE TRABAJO (INSUMOS, FRECUENCIA DE REALIZACIÓN)
 - b. IDENTIFICACIÓN DE SINTOMATOLOGÍA COVID – 19 PREVIO AL INGRESO AL CENTRO DE TRABAJO (PERSONAL, METODOLOGÍA, REGISTRO)
 - c. LAVADO Y DESINFECCIÓN DE MANOS OBLIGATORIO (NUMERO DE LAVABOS, ALCOHOL GEL, ESQUEMA DE MONITOREO)
 - d. SENSIBILIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO EN EL CENTRO DE TRABAJO (MATERIAL A UTILIZAR)
 - e. MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSONAL
 - f. VIGILANCIA PERMANENTE DE COMORBILIDADES RELACIONADAS AL TRABAJO EN EL CONTEXTO COVID-19
11. Procedimientos obligatorios para el regreso y reincorporación al trabajo
 - a. Proceso para el regreso al trabajo
 - b. Proceso para la incorporación al trabajo
 - c. Revisión y reforzamiento a trabajadores en procedimientos de trabajo con riesgo critico en puestos de trabajo (de corresponder)
 - d. Proceso para el regreso o reincorporación al trabajo de trabajadores con factores de riesgo para covid-19
12. RESPONSABILIDADES DEL CUMPLIMIENTO DEL PLAN
13. PRESUPUESTO Y PROCESO DE ADQUISICIÓN DE INSUMOS PARA EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN.



1. DATOS DE LA ENTIDAD PUBLICA (RAZÓN SOCIAL, RUC, DIRECCIÓN, REGIÓN, PROVINCIA, DISTRITO)

Nombre: MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE PIURA
RUC: 20154477374
Dirección: JR. AYACUCHO N° 377 – CENTRO CIVICO - PIURA

Se precisa que la obra será ejecutada por contrata mediante la modalidad de ejecución a **Precios Unitarios**, teniendo en cuenta que el contratista o consorcio ganador aplicarán de manera obligatoria los contenidos del PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DEL COVID-19 EN LA EJECUCIÓN y las posibles modificaciones de acuerdo a la actualización correspondiente al sector.

2. DATOS DEL LUGAR DE TRABAJO

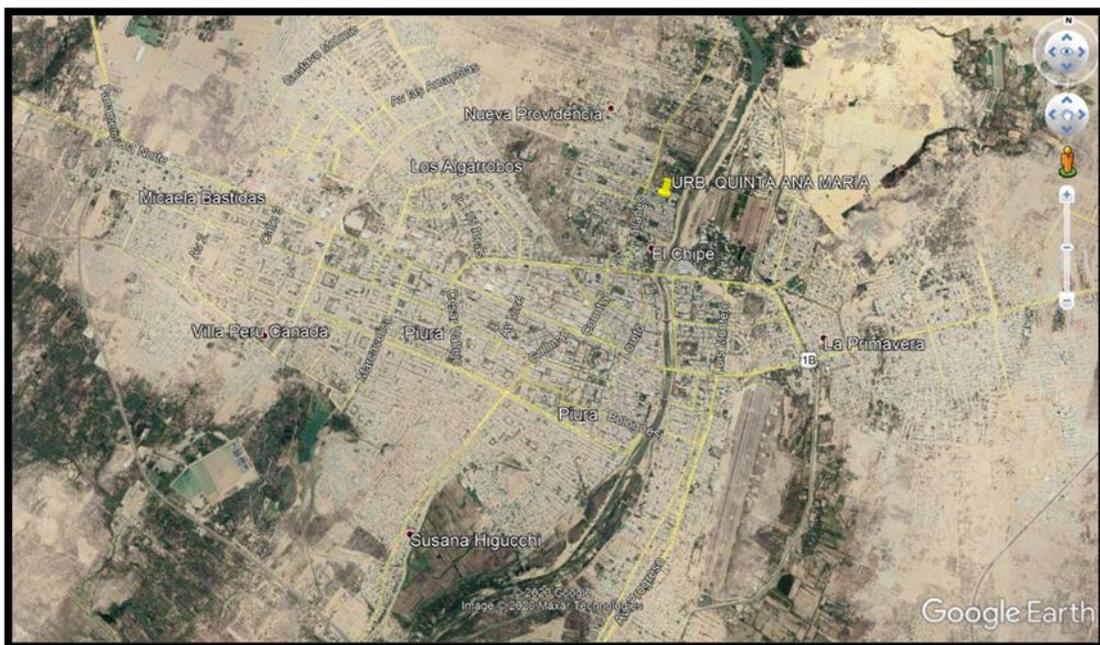
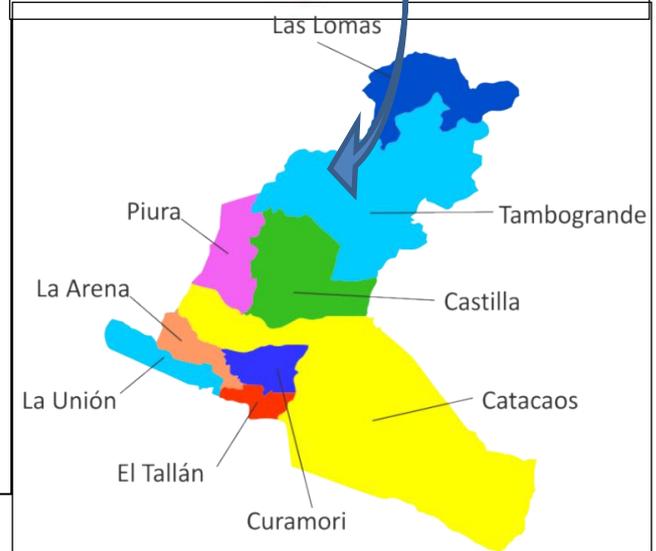
2.1. Localización

Región	:	Piura
Departamento	:	Piura
Provincia	:	Piura
Distrito	:	Piura
Urbanización	:	Quinta Ana Maria

2.2. Ubicación:

REGION : PIURA
DEPARTAMENTO : PIURA
PROVINCIA : PIURA
DISTRITO : PIURA

MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE PIURA
OFICINA DE INFRAESTRUCTURA – DIVISION DE ESTUDIOS Y PROYECTOS
"REPARACIÓN DE PISTA EN EL (LA) Y VEREDAS EN LA URBANIZACIÓN QUINTA ANA MARÍA EN LA LOCALIDAD PIURA, DISTRITO DE PIURA, PROVINCIA PIURA, DEPARTAMENTO PIURA"





10. DATOS DEL SERVICIO DE SEGURIDAD Y SALUD DE LOS TRABAJADORES

El proyecto cuenta con un componente de Plan de Seguridad y Salud en Obra, el cual se encuentra liderado por un Ing. Jefe de Seguridad, dicho componente se encuentra complementado y un personal de salud con los lineamientos establecidos en la RM N° 448-2020 MINSA y lo establecido en la Norma G-050 de la normativa vigente.

Se deberán identificar a ambos profesionales

N°	Nombre y Apellido	Ocupación	Código Identificación Colegio Agremiado	Oficina
1				CONTRATISTA
2				

11. BASE LEGAL

- Decreto Supremo N° 008-2020-SA, Decreto Supremo que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control del COVID-19.
- Decreto Supremo N° 011-2006-VIVIENDA. Reglamento Nacional de Edificaciones.
- Norma Técnica Peruana (NTP). 329.200:2020. MATERIALES MÉDICOS. Mascarillas Quirúrgicas. Requisitos y Métodos de Ensayo.
- Decreto de Urgencia N° 026-2020, Decreto de Urgencia que establece diversas medidas excepcionales y temporales para prevenir la propagación del CORONAVIRUS (COVID-19) en el Territorio Nacional
- Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19, y sus precisiones y modificatorias.
- Presidencia del Consejo de Ministros. Lineamientos para la Atención a la Ciudadanía y el Funcionamiento de las Entidades del Poder Ejecutivo, durante la Vigencia de la Declaratoria de Emergencia Sanitaria producida por el COVID-19 en el Perú, en el Marco del Decreto Supremo N° 008-2020-SA.
- Resolución Directoral N° 03-2020-INACAL/DN. Guía para la limpieza y desinfección de manos y superficies.



- Resolución Ministerial N° 135-2020-MINSA. Especificación Técnica para la confección de mascarillas faciales de uso comunitario.
- Resolución Ministerial N° 193-2020-MINSA. Documento Técnico sobre Prevención, Diagnóstico y Tratamiento de personas afectadas por Covid-19 en el Perú y sus modificatorias.
- Resolución Ministerial N° 239-2020-MINSA. Lineamientos para la Vigilancia, Prevención y Control de la Salud de los Trabajadores con Riesgo de Exposición a COVID-19 y sus modificatorias.
- Resolución Ministerial N° 773-2012-MINSA. Directiva Sanitaria N° 048-MINSA-DGSPV.01, "Directiva Sanitaria para promocionar el Lavado de Manos Social como práctica saludable en el Perú".
- Resolución Ministerial N° 087-2020-VIVIENDA Protocolo Sanitario Sectorial.
- Resolución Ministerial N° 448-2020-MINSA.

12. DEFINICIONES

- 12.1. **Actores del proceso edificatorio:** Para efectos del presente Protocolo, los actores que intervienen como personas naturales o jurídicas, instituciones y entidades públicas o privadas, son los siguientes: el propietario, el promotor inmobiliario, los profesionales responsables del proyecto, las personas responsables de cualquier etapa del proceso constructivo, en lo que corresponda. Las referencias a constructor o contratistas son definidas por la Norma Técnica G.030 Derechos y Responsabilidades del Reglamento Nacional de Edificaciones.
- 12.2. **Aislamiento COVID-19:** Procedimiento por el cual una persona caso sospechoso, reactivo en la prueba rápida o positivo en la prueba PCR para COVID-19, se le restringe el desplazamiento en su vivienda o en hospitalización, por un periodo indefinido, hasta recibir la alta clínica.
- 12.3. **Distanciamiento social:** Práctica de aumentar el espacio que separa a las personas y reducir la frecuencia de contacto, con el fin de reducir la transmisión de una enfermedad.
- 12.4. **Higiene Respiratoria:** Práctica que consiste en taparse la boca o nariz con la mano al toser o estornudar con ayuda de un tapa boca y, de no ser posible, con la manga del antebrazo o la flexura interna del codo. Los pañuelos deben arrojarse inmediatamente después de su uso, en el depósito/tacho implementado para tal fin.



- 12.5. **Higiene de Manos:** Práctica que consiste en lavarse las manos a menudo con agua y jabón (o solución recomendada) para evitar la transmisión o el contacto con los virus, sobre todo después de toser, estornudar y sonarse.
- 12.6. **Higiene Ambiental:** Práctica que consiste en mantener la limpieza de los lugares y superficies de trabajo con soluciones o productos desinfectantes.
- 12.7. **Personal:** Para efectos del presente Protocolo, se considera personal a todos los/las trabajadores/as, cualquiera sea su vínculo contractual, que intervienen en la obra de construcción.
- 12.8. **Sintomatología COVID-19:** Signos y síntomas relacionados al diagnóstico de COVID-19, tales como: sensación de alza térmica o fiebre, dolor de garganta, tos seca, congestión nasal o rinorrea (secreción nasal), puede haber anosmia (pérdida del olfato), disgeusia (pérdida del gusto), dolor abdominal, náuseas y diarrea; en los casos moderados a graves puede presentarse falta de aire o dificultad para respirar, desorientación o confusión, dolor en el pecho, coloración azul en los labios (cianosis), entre otros.

13. DISPOSICIONES ESPECIFICAS

- a) Implementar el presente Protocolo en la ejecución de las obras de construcción del sector público o privado.
- b) Elaborar un "Plan para la vigilancia, prevención y control de COVID-19 en el trabajo", en adelante el Plan, que debe ser previamente aprobado por el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo o supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo, según corresponda, que contenga los lineamientos establecidos en el Documento Técnico: Lineamientos para la vigilancia, prevención y control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19, aprobado por la Resolución Ministerial N° 239-2020-MINSA y del presente Protocolo, y se integre al Plan de Seguridad y Salud en el Trabajo, conforme a los mecanismos dispuestos por la normatividad vigente, en la ejecución de las obras de construcción del sector público o privado.
- c) Es responsabilidad del residente de obra garantizar la ejecución del presente Protocolo en cada una de las actividades a su cargo, que se desarrollen en las diferentes etapas del proceso edificatorio.



- d) Es responsabilidad del supervisor de obra y del profesional de la salud de la obra hacer cumplir las disposiciones del presente Protocolo, en lo que corresponda. (ver ítem 12)
- e) El presente Protocolo se aplica en las diferentes etapas de la ejecución de la obra: fase de inicio o reinicio de actividades (planificación), fase de ejecución y fase de cierre (conformidad, recepción y liquidación de obra).
- f) El desarrollo e implementación del Presente Plan será elaborado por el Ingeniero de Seguridad y salud (Contratista).

14. INTRODUCCIÓN

En el proyecto: **"REPARACIÓN DE PISTA EN EL (LA) Y VEREDAS EN LA URBANIZACIÓN QUINTA ANA MARÍA EN LA LOCALIDAD PIURA, DISTRITO DE PIURA, PROVINCIA PIURA, DEPARTAMENTO PIURA"**, se está considerando un plan de seguridad y salud en el trabajo, el cual se están complementado con el plan para la vigilancia, prevención y control del COVID-19, el cual proveerá los conocimientos técnicos, administrativos y profesionales para evitar la propagación del virus que puedan ir en perjuicio del personal así como la eficiencia de la empresa contratista.

Tras la declaración del pasado mes de enero por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en la que se informaba del nuevo coronavirus SARS-CoV-2 como un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas, detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China y que todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce el COVID-19, suponiendo dicha situación una emergencia de salud pública de importancia internacional, el Ministerio de Salud ha venido realizando un seguimiento constante de la situación y evolución del Covid-19 para adoptar las medidas de prevención y contención necesarias.

A nivel mundial, más de 7.239.341 casos y 412.239 mil fallecidos es el saldo que deja hasta la fecha la pandemia del COVID-19 en al menos 185 países del mundo. Según el recuento de la BBC Mundo, Estados Unidos, que hace varias semanas desplazó a China, sigue siendo el epicentro global de la enfermedad con más de 110.361 muertos y poco más de 1.937.128 de casos confirmados. Nueva York es el estado de USA más vulnerado por el virus, con más de 18 mil decesos y 313 mil casos reportados hasta la fecha.



En el caso del Perú, hay que destacar los esfuerzos realizados por el Gobierno, sin embargo, las cifras no son muy halagadoras, lo que hace suponer que, si no se hubieran tomado las medidas desde inicios de marzo, la situación sería más dramática. El Perú registra a la fecha más de 199.696 personas infectadas y poco más de 5.700 personas fallecidas.

En este sentido, a fecha de hoy y siguiendo las directrices que nos indican las entidades competentes, se ha establecido un Protocolo de Actuación y LINEAMIENTOS PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES CON RIESGO DE EXPOSICIÓN A COVID-19 para los miembros de su comunidad de colaboradores frente al Coronavirus Covid-19.

Estos Lineamientos están sujetos a los cambios que puedan ser derivados de recomendaciones futuras de las Autoridades Sanitarias y a la propia evolución de la enfermedad. El coronavirus es una gran familia de virus conocidos por causar enfermedades que van desde un resfriado común hasta manifestaciones clínicas más severas como las observadas en el Síndrome respiratorio por el coronavirus de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS).

En ese sentido, siguiendo las directrices del MINSA, La Municipalidad Provincial De Piura ha establecido el presente Plan para colaborar con la protección de la salud y seguridad de sus colaboradores en todo el proceso de la ejecución de la obra.

15. OBJETIVOS

15.1. Objetivo Principal

- El objetivo que se persigue es la prevención y control de los riesgos para contraer el virus COVID-19 a través de la participación de todos los trabajadores en sus respectivas labores diarias, a fin de lograr que ellos mismos sean conscientes de su propia seguridad y la de sus compañeros.



15.2. Objetivos Específicos

- Protección de la salud y seguridad de todos los trabajadores
- Evitar la propagación del COVID-19, cumpliendo estrictamente las directrices de la MINSA.
- Colaboración con las autoridades sanitarias y las autoridades de trabajo. Minimizar los efectos que pueden ocasionar esta situación y garantizar la normalidad del desarrollo de las actividades en la sede principal y unidades regionales.
- Capacitar al personal sobre los lineamientos preventivos para evitar contagios del COVID-19.

16. NOMINA DE TRABAJADORES POR RIESGO DE EXPOSICIÓN A COVID – 19

De la evaluación de los puestos de trabajo se identificaron según el riesgo de exposición, no obstante el Especialista en Seguridad y salud puede modificar, ampliar y/o transparentar como parte de sus funciones principales en la Implementación de este Plan.

Esta exposición se puede delimitar en:

- 16.1. Riesgo bajo de exposición o de precaución: aquellos que no requieren contacto con personas que se conoce o se sospecha que están infectados con COVID-19 ni tienen contacto cercano frecuente a menos de 2 metros de distancia con el público en general.
- 16.2. Riesgo mediano de exposición: aquellos que requieren un contacto frecuente y/o cercano, menos de 2 metros de distancia, con personas que podrían estar infectadas con COVID-19, pero que no son pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19.
- 16.3. Riesgo alto de exposición: trabajo con riesgo potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19.
- 16.4. Riesgo muy alto de exposición: trabajos con contacto directo con casos COVID-19

PERSONAL	CANTIDAD	NIVEL DE RIESGO*
ING. CIVIL (RESIDENTE)	1	Bajo
ING. ASISTENTE	1	Bajo
ING. ESPECIALISTA EN SUELOS	1	Bajo
ESPECIALISTA EN SEGURIDAD (PREVENCIONISTA)	1	Medio
MAESTRO DE OBRA/ASISTENTE DE OBRA	1	Medio
ALMACENERO	1	Bajo



GUARDIÁN	2	Medio
OPERARIO	Según	Medio
OFICIAL	requerimiento	Medio
PEÓN	de partidas	Medio

*Puede variar según el análisis de evaluación del Ingeniero de Seguridad.

Cabe precisar que el consultor o empresa ejecutora deberá presentar el cuadro con nombres de los profesionales de su propuesta técnica ganadora (ver ANEXO N° 01), así como del personal de apoyo que labora con él, esto previo al inicio de la obra se identifiquen los grupos de riesgo en el que se encuentra su personal y tome las medidas correspondientes, bajo las particularidades de los trabajadores.

17. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS DE PREVENCIÓN DEL COVID – 19

a. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL CENTROS DE TRABAJO (INSUMOS, FRECUENCIA DE REALIZACIÓN)

Previo al ingreso de los trabajadores a las instalaciones de la obra, el especialista en seguridad en coordinación con la supervisión, deberá gestionar la limpieza y desinfección total de los distintos ambientes de la obra. Así mismo, deberá garantizar la limpieza y desinfección diaria de las instalaciones.

La desinfección descrita anteriormente será realizada utilizando productos desinfectantes efectivos (peróxido de hidrógeno de 5ta generación, amonio cuaternario, hipoclorito de sodio) en forma de vapor (Cuadro N°01) en concentraciones adecuadas, para neutralizar y erradicar agentes patógenos y de esa manera se tenga los ambientes desinfectados para recibir a los/las trabajadores/as. La frecuencia debe ser de forma quincenal para mantener las áreas desinfectadas (comedor, oficinas, vestuarios, duchas, SSHH, almacén y otros, de ser el caso) y así evitar algunas enfermedades infectas contagiosas. El personal de limpieza dispondrá de los equipos de protección personal para la manipulación de productos químicos.

Se deberá tener especial consideración en limpiar con un paño y desinfectante las manijas de todas las puertas y los equipos de uso común como los equipos de cómputo, equipo topográfico, etc., así como los mobiliarios, equipos, útiles de escritorio, vehículos y otros para neutralizar y



erradicar agentes patógenos y de esa manera se tenga los ambientes desinfectados para recibir a los/las trabajadores/as. La frecuencia debe ser de forma quincenal

Previo al inicio de las labores diarias, el personal de limpieza deberá efectuar la limpieza de superficies utilizando agua y detergente o limpiador líquido.

- Una vez realizado el proceso de limpieza de las superficies, se procederá a realizar la desinfección aplicando productos desinfectantes a través de rociadores, toallas, paños de fibra o microfibra y trapeadores.
- Las opciones de desinfectantes de superficies inertes para el COVID-19 son las siguientes (Cuadro N° 2):
 - ✓ Hipoclorito de Sodio (Lejía) al 0.1%, viene comercialmente al 5%
 - ✓ Solución de Alcohol al 70%.
 - ✓ Peróxido de Hidrógeno (Agua oxigenada a concentración de 0.5% de peróxido de hidrógeno), viene comercialmente a una concentración de 3% de peróxido de hidrógeno.

Para realizar la desinfección de superficies manipuladas con alta frecuencia por los trabajadores como: herramientas, y otras no tanto como servicios higiénicos, pisos, pasillos, manijas de puertas, interruptores de luz, sillas (del comedor), superficies de apoyo, entre otros, se deberá utilizar hipoclorito de sodio (lejía) al 0.1%, el cual se rociará en un paño y se procederá a limpiar las superficies por frotación. La frecuencia de desinfección debe ser diaria.

Para las superficies que pueden ser dañadas por el hipoclorito de sodio (lejía) como: monitores, teléfonos, teclados, fotocopiadoras, impresoras, computadoras, laptops, proyectores, entre otros utilizar una solución de alcohol al 70%. La frecuencia de desinfección debe ser diaria.

Durante la limpieza con los desinfectantes es necesario mantener el ambiente ventilado para proteger la salud del personal de limpieza.

Cabe precisar que en la obra se encuentran espacios cerrados (almacén, oficina y caseta de supervisión) y espacios abiertos los cuales se deberán tener condiciones diferentes de prevención y aseo permanente, haciendo



énfasis en los espacios cerrados los cuales son más propensos a resguardar el virus.

Esta limpieza se deberá realizar diariamente y de manera continua durante la estadía del colaborador dentro de las instalaciones de la obra, cabe mencionar, que las herramientas serán de uso personal y el trabajador será responsable de su limpieza con los insumos abastecidos de forma permanente por la contratista. Siendo responsabilidad del residente y supervisor dicho abastecimiento.

En el caso de los ambientes cerrados, en ellos se realizará como mínimo una vez por semana la desinfección completa del ambiente durante la cual no podrá encontrarse presente ningún trabajador o locador de servicio, y el personal que lo realice deberá contar con sus implementos de seguridad adecuados para dicha actividad.

Unidades Móviles.- Es necesario realizar la limpieza y desinfección utilizando productos desinfectantes efectivos (peróxido de hidrógeno de 5ta generación, amonio cuaternario, hipoclorito de sodio) en forma de vapor en las unidades móviles, a fin de neutralizar y erradicar agentes patógenos y puedan ser utilizados por choferes y traslado de los/las trabajadores/as. La frecuencia debe ser de forma quincenal por el período que dure el mantenimiento.

Para la limpieza y desinfección de unidades móviles utilizados para traslado de personal y documentos utilizar hipoclorito de sodio (lejía) al 0.1%. (Ver Cuadro N°2)

Antes de la partida de cada viaje de las unidades móviles proceder a limpiar: volante, asientos, manijas de puertas, ventanas, palanca de cambios, freno, radio, cinturón de seguridad, comandos de aire y luces. La frecuencia de desinfección debe ser de forma diaria.

Durante y posteriormente a la limpieza y desinfección mantener las puertas abiertas para evitar que el olor del hipoclorito de sodio (lejía) se concentre en el interior.

Manejo de Residuos Sólidos.- Para el manejo adecuado de residuos sólidos generados en los ambientes de trabajo se deberá tener en cuenta lo siguiente:



- Los tachos distribuidos en los ambientes de trabajo y servicios higiénicos deberán estar cubiertos en su interior con bolsas plásticas.
- Los trabajadores deberán colocar sus residuos en el interior del tacho con bolsa y en el tacho con bolsa roja colocaran los guantes y mascarillas desechados durante su horario laboral (primer cambio). Recordad que el segundo cambio lo deben desechar antes de llegar a sus domicilios como medida de prevención.
- El personal de limpieza asignado para esta tarea no deberá pertenecer al grupo de riesgo.
- El personal de limpieza deberá contar con los Equipos de Protección Personal (EPP) mencionados en el presente plan y deberá ser capacitado previamente acerca del uso correcto.
- Establecer el horario determinado de recojo de los residuos de ambientes de trabajo y servicios higiénicos. Dicho horario deberá ser comunicado al personal de limpieza y a todos los/las trabajadores/as.

Al momento del recojo de residuos, el personal de limpieza deberá amarrar la bolsa y rociarla con solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 1%.

Posterior al recojo, el personal de limpieza con sus EPP, trasladará al punto de acopio las bolsas colocadas y amarradas dentro de una segunda bolsa. Los tachos deberán ser desinfectados con una solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 1%.

Al término del proceso, el personal de limpieza deberá seguir lo indicado en este documento para la limpieza de sus EPP, luego procederá a lavarse las manos con agua y jabón por 20 segundos. En caso de no contar con agua deberá utilizar alcohol en gel al 70%.

En caso de realizar segregación selectiva de residuos (plásticos, papel, entre otros) recoger las bolsas rociadas con solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 1%, colocarlo en una segunda bolsa y trasladarlo al punto de acopio designado para este tipo de residuos.

El mismo procedimiento realizará pero para el recojo de la bolsa roja (donde se dispondrán los residuos de guantes, mascarillas del personal obrero y/o trabajadores).



CUADRO N°01

COMPARACIÓN DE LOS DESINFECTANTES MÁS COMÚNMENTE UTILIZADOS

Eficaz/ Propiedades	Desempeño	Vapor	Cloro	Iodóforos	Tensoactivos Amonios Cuaternarios	Ácidos Aniónicos
Eficaz contra	Bacterias Gram positivas (lácticas, clostridios, Bacillus, Staphylococcus)	++++	+++	+++	+++	+++
	Bacterias Gram negativas (E. coli, Salmonella, psicrótrofas)	++++	+++	+++	+	+++
Propiedades	Esporas	+++	+++	+		++
	Bacteriófagos	++++	+++	+++		+
	Corrosivo	No	Si	Ligeramente	No	Ligeramente
	Afectado por el agua dura	No	No	Ligeramente	Algunos	Ligeramente
	Irritante de la piel	Sí	Sí	Sí	No	Si
	Afectado por la materia orgánica	No	Mucho	Algo	El que menos	Algo
	Estabilidad de la solución de uso		se disipa rápidamente	se disipa rápidamente	Estable	Estable
	Deja residuos activos	No	No	Sí	Sí	Sí
	Máximo nivel permitido por USDA y FDA con o sin enjuagado	No existe límite	200 ppm	25 ppm	26 ppm	
	Eficaz a pH neutro	Sí	Sí	No	No	No

Fuente: INACAL, 2020

- ++++ Muy eficaz.
- +++ Eficaz.
- ++ Medianamente eficaz.
- + Poco eficaz.



CUADRO N°02
OPCIONES PARA LA DESINFECCION DE SUPERFICIES

OPCIÓN	PREPARACIÓN	PRECAUCIONES
HIPOCLORITO DE SODIO AL 0.1%	a) Medir 20 ml (cuatro cucharaditas de 5 ml cada una) de lejía al 5 %) b) Enrasar a 1 L de agua	1.-Hacer la dilución en un lugar ventilado. 2.-Tomar la precaución de no inhalar la solución. 3.-Seguir las instrucciones del fabricante para la aplicación. 4.-Revisar la fecha de vencimiento para asegurarse de que el producto no haya vencido. 5.-Nunca se debe mezclar cloro con amoníaco ni con otros productos de limpieza. 6.-La lejía que no esté vencida será eficaz contra los coronavirus si se lo diluye adecuadamente. 7.-Dado que la concentración de 0,1 % de hipoclorito de sodio es alta para tener contacto directo con la piel, se debe utilizar guantes para aplicarla.
SOLUCIÓN DE ALCOHOL AL 70%	a) Medir 70 ml de alcohol al 96 %. b) Diluir en agua destilada o agua hervida fría, completar a 100 ml de agua.	1.- Hacer la dilución en un lugar ventilado. 2.- Tomar la precaución de no inhalar la solución.
PERÓXIDO DE HIDROGENO AL 0.5%	a) Medir 17 ml de Agua oxigenada al 3%. b) Diluir en agua destilada o agua hervida fría, completar a 100 ml de agua.	1.- Hacer la dilución en un lugar ventilado. 2.- Tomar la precaución de no inhalar la solución.

Fuente: INACAL, 2020

- b. IDENTIFICACIÓN DE SINTOMATOLOGÍA COVID – 19 PREVIO AL INGRESO AL CENTRO DE TRABAJO (PERSONAL, METODOLOGÍA, REGISTRO)

El especialista en seguridad en coordinación con el residente de obra semanalmente proveerá al servicio de vigilancia y al(la) enfermero(a) el listado de los trabajadores autorizados para ingresar a las instalaciones del obra, identificando en obra al colaborador designado para dicha tarea. Antes de ingresar y al retirarse de las instalaciones, a todos los trabajadores se les controlará la temperatura corporal y el valor identificado será registrado en el formato de control diario de asistencia y temperatura (Ver Anexo N° 4).

Para ello la obra dispondrá de termómetros infrarrojos para determinar la temperatura de las personas.



c. LAVADO Y DESINFECCIÓN DE MANOS OBLIGATORIO (NUMERO DE LAVABOS, ALCOHOL GEL, ESQUEMA DE MONITOREO)

En la obra deberá asegurar la disponibilidad de puntos de lavado de mano y alcohol gel, cuando corresponda.

Las instalaciones de la obra dispondrán de servicios higiénicos, los mismos que durante toda la jornada laboral estarán provistos de servicio de agua, jabón líquido y papel toalla. El almacén de obra deberá tener en stock los productos para asegurar la disponibilidad de estos en el tiempo que dure la obra.

Encima de cada punto de lavado o desinfección se colocarán carteles que indiquen el método adecuado de lavado de manos o el uso de alcohol gel para la higiene de manos.

Los trabajadores deberán lavarse las manos frecuentemente durante el desarrollo de la jornada de trabajo, para ello deberán realizar un correcto lavado de manos el cual deberá tener una duración no menor de 20 segundos. (Ver Anexo N° 5)

Así mismo, se dispondrá de alcohol gel al ingreso de las instalaciones para su aplicación posterior a que los trabajadores se retiren los guantes y se dirijan a sus puestos de trabajo. El especialista en seguridad deberá realizar el monitoreo de la disposición de alcohol en gel de manera semanal para asegurar la disponibilidad del mismo.

d. SENSIBILIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO EN EL CENTRO DE TRABAJO (MATERIAL A UTILIZAR)

Como medida para asegurar ambientes saludables frente al COVID-19, el especialista de seguridad y salud en el trabajo deberá asegurar las siguientes actividades:

- Exponer información sobre el coronavirus y medios de protección laboral en las actividades de capacitación, como también carteles en lugares visibles y medios existentes.



- Exponer la importancia del lavado de manos, toser o estornudar cubriéndose la boca con la flexura del codo, no tocarse el rostro.
- Difusión de la obligación de uso de mascarillas durante toda la jornada laboral.
- Sensibilizar en la importancia de reportar tempranamente la presencia de sintomatología COVID-19.
- Educar permanentemente en medidas preventivas descritas en el presente documento y otras que son actualizadas constantemente por el Ministerio de Salud, para evitar el contagio de COVID-19 dentro del centro de trabajo, en la comunidad y el hogar.
- Educar sobre la importancia de prevenir diferentes formas de estigmatización, con la finalidad de evitar acciones de rechazo ante algún caso que se suscite.

e. MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSONAL

El contratista deberá asegurar la disponibilidad de los equipos de protección personal (EPP) que se especifican en el presente. Para ello el contratista dotará de Mascarillas quirúrgicas (Ver Anexo N° 6 y Anexo N° 7) y guantes debido a que los puestos de la entidad se encuentran dentro del grupo de riesgo bajo a medio.

Las mascarillas serán utilizadas durante toda la jornada laboral, y el contratista dotará de un mínimo por día laboral de 2 mascarillas y 2 pares de guantes (cambio aprox. cada 4 hrs.) a cada trabajador para que éstas sean utilizadas de la siguiente forma:

- a. Es obligatorio el uso de guantes y mascarilla en el trayecto que van desde su domicilio hasta las instalaciones de la obra, pasando por los controles de limpieza al ingreso hasta su hora de refrigerio y viceversa. De ser necesario salir de las instalaciones se les dotará de guantes y mascarilla nueva para hacer gestiones laborales. Los guantes se colocaran debajo de los guantes de obra para evitar trasladar el sudor a los mismos.
- b. Usar la mascarilla durante todo el tiempo de permanencia dentro de las oficinas y en la obra.
- c. Desechar los guantes, y de ser el caso las mascarillas descartables (Ver Anexo N° 8). Luego de ello lavarse las manos con jabón o untarse con gel anti bacterial.



f. MEDIDAS DE PROTECCIÓN COLECTIVA

El contratista dispondrá de las siguientes medidas colectivas para prevenir riesgos de contagio COVID-19 en las instalaciones de la obra.

- Los trabajadores que se integren a las instalaciones de la obra, lo harán sólo a ambientes que cuenten con la ventilación natural o artificial necesaria que asegure la renovación cíclica del aire. En caso las instalaciones no dispongan de las medidas mencionadas, no se permitirá el retorno a dicho ambiente de trabajo.
- Distanciamiento social de acuerdo a lo dispuesto en el R.M. N°193-2020-MINSA es dos (02) metros.
- Respecto a las reuniones de trabajo: Se deberá de reducir el desarrollo de reuniones presenciales en el centro de trabajo, para evitar el incumplimiento a la distancia social impuesta por el MINSA y se deberá priorizar las reuniones en salas virtuales (Tipo aplicación ZOOM, SKIPE, MEET o el aplicativo que el contratista decida). De manera excepcional se realizan reuniones con presencia física de asistentes, para lo cual es obligatorio que se desarrollen en espacios amplios y ventilados y cumpliendo con las disposiciones específicas del presente documento.
- Antes de ingresar a las instalaciones, Pisar la alfombra desinfectante ubicada en la recepción, por un periodo de diez (10) segundos para desinfectar la suela de los zapatos.
- Se establecerán puntos de acopio de equipos de protección personal (EPP) usados en las instalaciones, los mismos que dispondrán de bolsas rojas para identificar los residuos contaminados de algunos elementos desechables.

g. VIGILANCIA PERMANENTE DE COMORBILIDADES RELACIONADAS AL TRABAJO EN EL CONTEXTO COVID-19

Durante la emergencia sanitaria nacional el contratista realizará la vigilancia de la salud de los trabajadores, de manera permanente y sin



perjuicio de lo que se haya dispuesto en el Programa de Salud en el Trabajo para el año 2020, considerando lo siguiente:

- Vigilancia de la salud de los trabajadores tanto los que asisten al centro de trabajo como a aquellos que realizan el teletrabajo.
- Registro, seguimiento y control de la temperatura al inicio y fin de la jornada laboral.
- Indicación de evaluación médica de síntomas COVID-19, a todo trabajador que presente temperatura mayor a 38.0°C
- Todo trabajador con fiebre o sintomatología COVID-19, que sea identificado por el(la) enfermero(a) se considera caso sospechoso, y se realizará lo siguiente:
 - Si el trabajador se encuentra en casa:
 - Acudir inmediatamente al centro de salud donde se atiende regularmente. Allí procederán a tratarlo o a derivarlo a otro centro de salud más especializado. Utilizar siempre la mascarilla descartable.
 - Comunicarse con su Jefe/a directo y/o especialista de salud en el trabajo para informar de la situación.
 - En ninguna circunstancia acudir al centro de labores hasta la confirmación del diagnóstico.
 - No auto medicarse.
 - Si el trabajador se encuentra en la oficina:
 - Asegurarse que el trabajador o locador de servicios en todo momento use su mascarilla, quien además deberá proceder a lavarse las manos hasta el antebrazo.
 - Se comunicará inmediatamente a su Jefe/a Inmediato Superior y/o al especialista de salud en el trabajo, o quien haga sus veces, la sospecha de la posibilidad de contagio y el trabajador acudirá inmediatamente al centro de salud donde se atiende regularmente.
 - El especialista de salud en el trabajo entablará comunicación con el contacto de emergencia del trabajador y se le indicará que deberá acompañarlo al establecimiento de salud donde se está dirigiendo, tomando todas las medidas de seguridad necesarias.
 - En caso de que el trabajador no pueda movilizarse por sus propios medios, el contratista lo aislará en un área específica y procederá a



comunicarse con el MINSA para coordinar su traslado con las debidas precauciones.

El profesional de seguridad, realizará la evaluación y coordinaciones pertinentes para indicar a los trabajadores que deberán retirarse del centro de labores por el resto del día.

El retorno al centro de trabajo del trabajador evacuado puede darse una vez se tenga confirmación de diagnóstico para el trabajador en el que se indica que no hay contagio por coronavirus.

o En caso de confirmación de diagnóstico de contagio

Si el médico tratante dispone cuarentena del trabajador o locador de servicios por sospecha de COVID-19, este último justificará su inasistencia ante el empleador presentando el descanso médico correspondiente emitido por el médico tratante, pudiendo enviarse de manera digital.

En caso de confirmación de contagio de COVID-19, el trabajador dejará de asistir al centro de labores, operando el descanso médico previsto por Ley. El contratista realizará las coordinaciones para que los trabajadores que han sido expuestos al personal con diagnóstico confirmado de contagio pasen por la prueba de descarte en el centro médico correspondiente.

Como medidas preventivas y sanitarias en el área del colaborador afectado, se ejecutarán las siguientes acciones, en coordinación con el profesional de seguridad y salud en el trabajo: (i) Tomar conocimiento del caso, para su desinfección; y (ii) Otras acciones dispuestas por las entidades competentes.

– El profesional de la salud deberá realizar la vigilancia a factores de riesgo ergonómico y psicosociales, lo cual extenderá a los trabajadores que se encuentren prestando servicios mediante el teletrabajo de ser el caso.

18. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS PARA EL REGRESO Y REINCORPORACIÓN AL TRABAJO

a. Proceso para el regreso al trabajo

Se establece el proceso para el regreso al trabajo para los trabajadores que estuvieron en cuarentena y no presentaron, ni presentan,



sintomatología COVID-19, ni fueron caso sospechoso o positivo de COVID-19; y que pertenecen a un centro de trabajo que no ha continuado funciones, debido a medidas de restricción emitidas por el gobierno en el marco de la emergencia sanitaria COVID-19.

Para que los trabajadores puedan regresar al centro de trabajo se deberá cumplir con lo dispuesto en los numerales 7 del presente documento.

b. Proceso para la incorporación al trabajo

Se establece el proceso de reincorporación al trabajo orientado a los trabajadores que cuentan con alta epidemiológica COVID-19. En esos casos leves, se reincorpora 14 días calendario después de haber iniciado el aislamiento domiciliario. En casos moderados o severos, 14 días calendario después de la alta clínica. Este período podrá variar en función a las evidencias disponibles y la evaluación del profesional de la salud.

El profesional de la salud del servicio de seguridad y salud en el trabajo cuenta con los datos de los trabajadores con características, con lo cual realiza el seguimiento médico de cada trabajador.

Para estos casos, la primera opción que aplicará el contratista será la realización del teletrabajo en el caso se pueda aplicar según la naturaleza del trabajo, y en los casos que no sea posible, deberá cumplir con las mismas disposiciones para el regreso al trabajo (indicado en el ítem anterior), durante catorce (14) días recibe monitoreo de sintomatología COVID-19 y es ubicado en un puesto de trabajo no hacinado.

c. Proceso para el regreso o reincorporación al trabajo de trabajadores con factores de riesgo para covid-19

Durante el estado de Emergencia Sanitaria Nacional establecida por el Gobierno Nacional, la reincorporación de trabajadores se realizará de manera gradual, y bajo ninguna circunstancia podrán reincorporarse al trabajo presencial, aquellos que se encuentren en uno o más de los siguientes supuestos, esto en el caso el consultor tenga algún personal con las siguientes condiciones:

- a. Edad mayor o igual a 60 años.
- b. Obesidad con IMC de 30 a más.
- c. Hipertensión arterial.



- d. Diabetes Mellitus
- e. Asma.
- f. Insuficiencia Renal Crónica
- g. Enfermedad Respiratoria Crónica.
- h. Antecedentes de enfermedad cardíaca.
- i. Enfermedad o tratamiento inmunosupresión.
- j. Antecedentes oncológicos.
- k. Quien hubiera tenido contacto físico con alguna persona diagnosticada con el COVID-19 en los últimos 14 días y aún no haya pasado por la prueba de descarte del COVID-19.
- l. Otras que se disponga, al término del periodo de aislamiento social.

Los trabajadores que se reincorporen de manera gradual posterior a su recuperación, previamente deberán Completar los formatos Ficha de Sintomatología Covid-19 para Regreso al Trabajo Declaración Jurada y Ficha de Sintomatología COVID-19 Para regreso al Trabajo Declaración Jurada y remitirlos vía correo electrónico a su Jefe o Responsable inmediato.

El profesional de la salud del servicio de seguridad y salud en el trabajo determinará el seguimiento clínico específico para cada trabajador, así mismo, los trabajadores deberán acondicionar sus ambientes de trabajo considerando lo descrito en el Anexo N° 9.

Los trabajadores que realicen el teletrabajo de ser el caso para el personal que pueda aplicar por la naturaleza del trabajo, deberán realizar pausas activas cada 5 horas de trabajo, con la finalidad de evitar problemas disergonómicos. (Ver Anexo N° 10)

Los informes, serán validados por el responsable del área de seguridad y salud en el trabajo.

19. RESPONSABILIDADES DEL CUMPLIMIENTO DEL PLAN

19.1. Profesional encargado de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Aprobar, implementar, remitir y mantener actualizada la lista de trabajadores y supervisar el cumplimiento del presente Plan.



19.2. Jefe de Obra / Residente de Obra

- Brindar los recursos necesarios para la implementación del presente plan.
- Informar oportunamente a la supervisión, sobre los casos sintomáticos de coronavirus, COVID-19.
- Recopilar y remitir a la supervisión y al profesional encargado de seguridad la Ficha de Sintomatología Covid-19 para Regreso al Trabajo Declaración Jurada (Ver Anexo 2) y Ficha de Sintomatología COVID-19 Para regreso al Trabajo Declaración Jurada (Ver Anexo 3) de todos los trabajadores de su área.

19.3. Trabajadores, Obreros, Proveedores, Contratistas, Supervisión y Visitantes

- Completar los formatos Ficha de Sintomatología Covid-19 para Regreso al Trabajo Declaración Jurada (Ver Anexo 2) y Ficha de Sintomatología COVID-19 Para regreso al Trabajo Declaración Jurada (Ver Anexo 3) y remitirlos vía correo electrónico a su jefe o Responsable de área.
- Cumplir con las disposiciones descritas en el presente documento.

MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE PIURA
OFICINA DE INFRAESTRUCTURA – DIVISION DE ESTUDIOS Y PROYECTOS
"REPARACIÓN DE PISTA EN EL (LA) Y VEREDAS EN LA URBANIZACIÓN QUINTA ANA MARÍA EN LA LOCALIDAD PIURA, DISTRITO DE PIURA, PROVINCIA PIURA, DEPARTAMENTO PIURA"



20. PRESUPUESTO PARA EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN.

DESAGREGADO DE GASTOS POR IMPLEMENTACIÓN DE PREVENCIÓN DE COVID19						
PROYECTO: "REPARACIÓN DE PISTA EN EL (LA) Y VEREDAS EN LA URBANIZACIÓN QUINTA ANA MARÍA EN LA LOCALIDAD PIURA, DISTRITO DE PIURA, PROVINCIA PIURA, DEPARTAMENTO PIURA"						
TIEMPO DE EJECUCIÓN: 60 Días COSTO DIRECTO						
1	CONTRATO DE PERSONAL DE SALUD					
PERSONAL	UNIDAD	CANTIDAD	MES	INCIDENCIA	COSTO DIA	PARCIAL
TECNICO EN ENFERMERIA	mes	1.00	2.50	1.00	2000.00	5000.00
PERSONAL DE DESIFECCIÓN	mes	1.00	2.50	0.50	1500.00	1875.00
TIEMPO DE EJECUCIÓN:						6875.00
2	GASTOS DE PRUEBAS RAPIDAS					
PERSONAL	UNIDAD	CANTIDAD	MES	COSTO DE PRUEBA		PARCIAL
PERSONAL TECNICO/ADMINISTRATIVO	mes	9.00	2.50	80.00		1800.00
PERSONAL OBRERO POR MES	mes	12.00	2.50	80.00		2400.00
PERSONAL DE SALUD	mes	2.00	2.50	80.00		400.00
TOTAL						4,600.00
3	GASTOS DE MASCARILLAS					
PERSONAL	UNIDAD	CANTIDAD	MES	MASCARILLAS	COSTO POR UND	PARCIAL
PERSONAL TECNICO/ADMINISTRATIVO	UND	9.00	2.50	30.00	3.00	2025.00
PERSONAL OBRERO POR MES	UND	12.00	2.50	30.00	3.00	2700.00
PERSONAL DE SALUD	UND	2.00	2.50	30.00	3.00	450.00
TOTAL						5,175.00
4	ADQUISICIÓN DE EQUIPOS					
EQUIPOS	UNIDAD	CANTIDAD	MES	COSTO		PARCIAL
BIOMBO	UND	1.00	1.00	650.00		650.00
EQUIPO DE FUMIGACIÓN	UND	1.00	1.00	2500.00		2500.00
TERMOMETRO DIGITAL	UND	1.00	1.00	350.00		350.00
DISPENSADOR DE LAVAMANOS	UND	1.00	1.00	1000.00		1000.00
PEDILUVIO	UND	1.00	1.00	80.00		80.00
ALQUILER DE BAÑOS QUIMICOS	UND	1.00	2.50	850.00		2125.00
TOTAL						6705.00
4	ADQUISICIÓN DE INSUMOS PARA DESINFECCIÓN					
INSUMOS	UNIDAD	CANTIDAD	MES	COSTO		PARCIAL
ALCOHOL EN GEL	GLN	1.00	2.50	60.00		150.00
JABON LIQUIDO	GLN	3.00	2.50	45.00		337.50
LEJIA INDUSTRIAL	GLN	2.00	2.50	35.00		175.00
ALCOHOL	LT	10.00	2.50	15.00		375.00
TOTAL						1037.50
5	MOVILIZACIÓN DE PERSONAL					
MOVLIDAD	UNIDAD	CANTIDAD	MES	COSTO		PARCIAL
ALQUILER DE CUSTER	UND	1.00	2.50	4000.00		10000.00
ALQUILER DE BUS	UND	0.00	2.50	8000.00		0.00
TOTAL						10000.00
TOTAL GASTOS DESAGREGADO DE GASTOS POR IMPLEMENTACIÓN DE PREVENCIÓN DE COVID19						34,392.50

21. DOCUMENTO DE APROBACIÓN DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO.

El presente documento deberá ser complementado por el contratista con su staff de profesionales y demás modificaciones según la actualización de la normatividad lo amerite; y ser validado por la supervisión de la obra, para luego ser registrado en el sistema integrado para COVID-19 (Sincovid-19) y será remitido a la entidad ejecutora.



ANEXO N° 2:

FORMATO DE DECLARACIÓN JURADA DE CONDICIONES DE SALUD EN EL TRABAJO

Yo,....., identificado
con DNI N°....., con Teléfono Celular N°
....., domicilio real en
....., nacido
(día/mes/año), actualmente desempeñándome como
....., en la obra denominada
.....

DECLARO BAJO JURAMENTO, que los datos proporcionados en el presente documento, son verdaderos y tener conocimiento que está sujeta a los controles posteriores que efectúe el contratista, la supervisión o el Gobierno Regional Piura, sometiéndome a las responsabilidades que acarrea la falsa declaración, por lo que asumo total responsabilidad de ello.

a) ANTECEDENTES MÉDICOS

HIPERTENSIÓN ARTERIAL SI () NO ()
DIABETES MELLITUS SI () NO ()

b) ENFERMEDAD

CARDIOVASCULAR SI () NO ()

(Indicar diagnóstico y tratamiento actual)

PULMONAR SI () NO ()

c) CRÓNICA

CÁNCER SI () NO ()

(Indicar tipo de Cáncer y tratamiento actual)

ASMA SI () NO ()

ENFISEMA SI () NO ()

d) OBSTRUCTIVA

PULMONAR SI () NO ()

OBESIDAD SI () NO ()

MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE PIURA
OFICINA DE INFRAESTRUCTURA – DIVISION DE ESTUDIOS Y PROYECTOS
"REPARACIÓN DE PISTA EN EL (LA) Y VEREDAS EN LA URBANIZACIÓN QUINTA ANA MARÍA EN LA LOCALIDAD PIURA, DISTRITO DE PIURA, PROVINCIA PIURA, DEPARTAMENTO PIURA"



e) OTROS

GESTACIÓN SI () NO ()

OTRA CONDICIÓN MÉDICA

RIESGO DENTRO DEL ENTORNO FAMILIAR

Fecha,

.....

Firma
APELLIDOS Y NOMBRES



ANEXO N° 3:
FICHA DE SINTOMATOLOGÍA COVID-19 PARA REGRESO AL TRABAJO-
DECLARACIÓN JURADA

Ficha de Sintomatología COVID-19 para regreso al trabajo Declaración Jurada		
He recibido explicación del objetivo de esta evaluación y me comprometo a responder con la verdad		
Obra:	RUC (empresa o consorcio ganador):	
Apellidos y Nombres:		
Área de Trabajo:	DNI o CE:	
Dirección:	Celular:	
En los últimos 14 días ha tenido alguno de los síntomas siguientes:		
	SI	NO
1. Sensación de alza térmica o fiebre		
2. Tos, estornudos o dificultad para respirar		
3. Expectoración o flema amarilla o verdosa		
4. Contacto con persona(s) con un caso confirmado de COVID-19		
5. Está tomando alguna medicación detallar cual o cuales:		
Todos los datos expresados en esta ficha constituyen Declaración Jurada de mi parte		
He sido informado que de omitir o falsear información puedo perjudicar la salud de mis compañeros, y la mía propia, lo cual, de constituir una falta grave a la salud pública, asumo sus consecuencias		
Fecha:	Firma:	



ANEXO N° 5: CORRECTO LAVADO DE MANOS

Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer, y después de sonarse la nariz, toser o estornudar; caso contrario usar alcohol gel al 60%.



1
Humedezca sus manos con abundante agua



2
Aplique jabón sobre sus manos húmedas



3
Frote sus manos con la palma



4
Frote la palma sobre el dorso de la mano



5
Frote palma con palma con los dedos entrelazados



6
Empuña las manos y frota los dedos de arriba hacia abajo



7
Frote los dedos rotándolos uno por uno



8
Frote la yema de los dedos contra la palma, repita el mismo ejercicio con la otra mano



9
Enjuague las manos con abundante agua



10
Seca bien tus manos



11
Utilice la toalla para cerrar el grifo



12
**Manos limpias.
Vidas saludables**



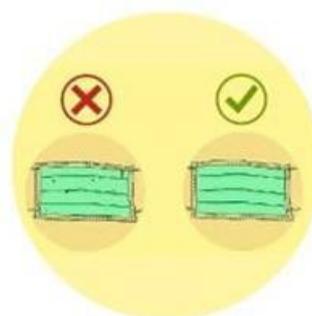
ANEXO N° 6: CORRECTA POSICIÓN DE LA MASCARILLA

Antes de colocarse la mascarilla descartable debe considerar lo siguiente:

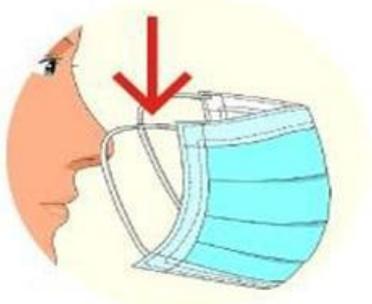
1. Lavar las manos con agua y con jabón por al menos 20 segundos.



2. Revisar la mascarilla descartable para ver si se encuentra en buenas condiciones (sin agujeros, fisuras u otros daños en la superficie). Si la mascarilla parece estar dañada, NO LA USE, reemplácela con una nueva.



3. Recuerde que nada debe interponerse entre su cara y la mascarilla, incluyendo el cabello, pelo facial, joyas, ropa, entre otros.



4. Si utilizas anteojos, retíratelos antes de ponerte la mascarilla.



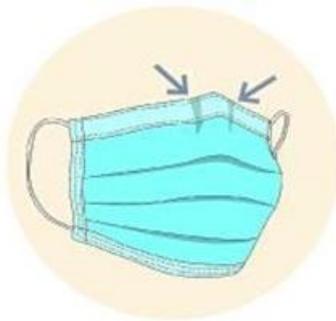


ANEXO N° 7: USO ADECUADO DE LA MASCARILLA 3 PLIEGUES

A continuación, se mostrará una secuencia de pasos para colocarse correctamente la mascarilla descartable:

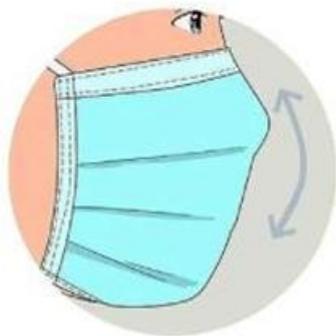
1. Asegúrate de que el lado correcto de la mascarilla quede hacia el afuera. El interior de la mayoría de las mascarillas descartables es de color blanco, mientras que el exterior podría ser blanco o de otros colores.

2. Antes de ponértelo, asegúrate de que el lado blanco vaya hacia tu cara. Colócate la mascarilla descartable. Poner una banda alrededor de una de tus orejas y luego la otra alrededor de la del otro lado.



3. Ahora que la mascarilla está en su lugar, usa el dedo índice y el pulgar para pellizcar la parte flexible del borde superior alrededor del puente de la nariz.

4. Ajusta el cubre bocas en tu cara y debajo de tu barbilla.





ANEXO N° 8: CORRECTO DESCARTE DE LA MASCARILLA

1. Lávate las manos antes de retirarte la mascarilla.



3. Utilizar las manos para sujetar las bandas para las orejas y sacarlas una por una.



2. No toque la parte frontal, ya que podría estar contaminada.



4. Botar la mascarilla en el recipiente de desechos.



5. Lávate las manos nuevamente.





ANEXO N° 9: CONDICIONES NECESARIAS PARA LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO REMOTO

Genera las condiciones para tu seguridad y salud en el Trabajo Remoto (TR)

Toma en cuenta las siguientes medidas para resguardar tu seguridad y salud mientras realizas TR.

Ubica tu área de trabajo
(De ser posible, ubica un lugar exclusivo para realizar las labores encomendadas.)

- Establece y comunica el horario de trabajo a tu familia
- Mantén la limpieza los artículos electrónicos y área de trabajo
- El área de trabajo debe facilitar la posición de pantalla, el teclado y el mouse.
- Revisa las instalaciones eléctricas y asegura que estén en buenas condiciones
- Elige una mesa que facilite la movilidad de tus brazos y piernas
- Elige una silla con soporte en la zona lumbar de la espalda
- Verifica iluminación, ruido y ventilación adecuados para evitar interrupciones
- Evita tener bebidas cerca a los equipos electrónicos
- Identifica y libera de obstáculos el recorrido de tu área de trabajo
- Por cada 50 minutos de labores frente a la computadora haz pausas activas o de relajación de 5 a 10 minutos



ANEXO N° 10: PAUSA ACTIVA

Ejemplo de pausa activa

1. Relájate. Cierra los ojos y haz tres respiraciones profundas. 
2.  Relaja tu cuello. Lentamente flexiona la cabeza hacia atrás (como si quisieras mirar el techo) y luego hacia adelante llevando el mentón hacia el pecho.
3. Gira la cabeza a la derecha (como si trataras de mirar tu espalda) y sostén esa posición por 5 segundos. Vuelve la cabeza al centro y cambia hacia el lado contrario. 
4.  Inclina la cabeza hacia la izquierda y luego hacia la derecha (intentando llevar el oído al hombro). Puedes ayudarte con la mano.
5. Sube los hombros hacia las orejas, mantenlos ahí por 5 segundos y suéltalos rápidamente. 
6.  Entrelaza las manos y lleva los brazos por delante y hacia arriba (como si quisieras tocar el techo). Estira los brazos.
7. Cruza tus manos detrás de la espalda y estira los brazos. Mantén la espalda recta. 
8.  Cierra las manos lo más fuerte que puedas y luego ábrelas. Repítelo varias veces.
9. Estira los brazos a la altura del pecho y realiza movimientos circulares de las muñecas hacia adentro y hacia afuera para relajar tensiones. 
10.  De pie, lleva la rodilla derecha al pecho, sostén por diez segundos con las manos y cambia de pierna.
11. Sin apoyar el pie sobre el piso, realiza tres rotaciones de tobillo hacia la izquierda y tres hacia la derecha, con cada pie. 