



CIUDAD AUTÓNOMA  
DE  
**MELILLA**

Consejería de Presidencia y Administración Pública  
GABINETE DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

## **EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL**

Actas de acuse de recibo de E.P.I.'s

**Consejería:**

**Centro de Trabajo:**

Siguiendo lo marcado en el artículo 17 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/1995) la Ciudad Autónoma de Melilla está obligada a hacer **entrega a los empleados públicos, trabajadores convenio, alumnos y/o colaboradores de la C.A.M., de los equipos de protección individual necesarios** para el desarrollo de sus funciones y velar por el uso efectivo de los mismos cuando, por la naturaleza de los trabajos realizados, sean necesarios.

En cumplimiento de lo anteriormente mencionado, el abajo firmante ha recibido los EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUALES, en este acto y/o anterior, reseñados:

**NOMBRE:**

**D.N.I.:**

**PUESTO: SSOO OBRA - ALBAÑIL**

**EPI's NECESARIOS:**

1.- CASCO DE SEGURIDAD (**CATEGORÍA II**) \_\_\_\_\_  
UNE-EN 812 UNE-EN 397. ABSORCIÓN DE IMPACTOS, RESISTENCIA A LA PERFORACIÓN Y RESISTENCIA A CAIDAS DE ALTURA.

2.- GAFAS PROTECTORAS (**CATEGORÍA III**) \_\_\_\_\_  
UNE-EN 166

3(\*).- PROTECCIÓN RESPIRATORIA. MASCARILLA AUTOFILTRANTE FPP2 \_\_\_\_\_  
EN 149:200

4.- GUANTES DE SEGURIDAD (**CATEGORÍA II**) \_\_\_\_\_  
UNE-EN 388; UNE-EN 420. RESISTENCIA A LA ABRASIÓN, AL CORTE POR CUCHILLA, AL RASGADO Y A LA PERFORACIÓN.

4(\*).- GUANTES DE PROTECCIÓN \_\_\_\_\_  
GUANTES DE LÁTEX DESECHABLES PARA AISLAR DEL CONTACTO CON HERIDAS ABIERTAS, RIESGO BIOLÓGICO, ETC. (EN ISO 374-5)

5.- CHALECO REFLECTANTE DE ALTA VISIBILIDAD \_\_\_\_\_  
EN 471



CIUDAD AUTÓNOMA  
DE  
**MELILLA**

Consejería de Presidencia y Administración Pública  
GABINETE DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

## **EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL**

Actas de acuse de recibo de E.P.I.'s

### 6.- CALZADO DE SEGURIDAD (**CATEGORÍA II**) \_\_\_\_\_

UNE-EN 344-1; UNE-EN 344-2; UNE-EN 345-1; UNE-EN 345-2; UNE-EN 345-62;  
UNE-EN 347-1; UNE-EN 347-2. CALZADO RESISTENTE A TODA PERFORACIÓN  
CON REFUERZO EN LA PUNTA.

### 7.- ARNÉS DE SEGURIDAD (**CATEGORÍA III**)(En caso trabajo altura) \_\_\_\_\_

UNE-EN 361 ; UNE-EN 363 ; UNE-EN 362 ; UNE-EN 364 ; UNE-EN 365

(\*). Se **RECOMIENDAN** estos EPI's cuando la situación lo requiera. Por ejemplo, en el caso de encontramos actualmente, el "**ESTADO DE ALARMA**" debido al **COVID-19**, y **NO PUDIÉNDOSE** garantizar una **DISTANCIA DE SEGURIDAD DE 2 METROS** con otro trabajador o personas.



CIUDAD AUTÓNOMA  
DE  
**MELILLA**

Consejería de Presidencia y Administración Pública  
GABINETE DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

## **EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL**

Actas de acuse de recibo de E.P.I.'s

# **GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS EN LOS CENTROS DE TRABAJO**

## **En el centro de trabajo:**

- Planificar las tareas para mantener la distancia interpersonal de unos 2m., tanto en la entrada y salida del centro de trabajo como en la permanencia en el mismo.
- Asegurar que la distancia interpersonal está garantizada en las zonas comunes y evitar aglomeraciones.
- Las actividades que comporten riesgos de aglomeración deben ser las últimas en reincorporarse a la normalidad.
- Escalonar la entrada al trabajo.
- En empresas o establecimientos abiertos al público se deben implementar medidas que minimicen el contacto, determinando aforo máximo, control de entradas y distancias, pago telemático y equipos de protección individual.
- Escalonar horarios si no es posible mantener la distancia interpersonal con los turnos ordinarios, contemplando la redistribución de tareas y/o teletrabajo.
- Se recomienda facilitar el teletrabajo y reuniones telemáticas
- Evitar desplazamientos de trabajo que no sean esenciales.
- No es imprescindible usar mascarilla durante la jornada laboral si es posible la distancia interpersonal.



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

**#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS**



CIUDAD AUTÓNOMA  
DE  
**MELILLA**

Consejería de Presidencia y Administración Pública  
GABINETE DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

## **EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL**

Actas de acuse de recibo de E.P.I.'s

# **GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS EN LOS CENTROS DE TRABAJO**

## **Gestión de los residuos en los centros de trabajo:**

- La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
- Se recomienda que los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la "etiqueta respiratoria" sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).
- En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

**#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS**

# RECOMENDACIONES DOMICILIARIAS PARA EL MANEJO DE PACIENTES CON SOSPECHA O QUE PRESENTEN SÍNTOMAS LEVES POR CORONAVIRUS

## ¿Dónde se ubica el paciente?

- Siempre que se pueda se recomienda instalar al paciente en una habitación de uso exclusivo para él, con cuarto de baño de uso individual. Si no es posible se ubicará al paciente en una habitación donde se pueda garantizar una distancia mínima de dos metros.
- La habitación deberá tener buena ventilación con una ventana que dé acceso a la calle evitando las posibles corrientes de aire hacia el resto de la casa.
- La estancia permanecerá con la puerta cerrada en todo momento para evitar el contacto con el resto de habitaciones.
- Dispondrá de un cubo de basura con tapa automática y bolsa en su interior con cierre hermético para alojar cualquier desecho del paciente.

## Comunicación con el resto de familiares y personal sanitario

- La vivienda deberá de disponer de un teléfono para la comunicación directa con el personal sanitario designado para el seguimiento de la evolución del paciente.
- Con el fin de minimizar el contacto del paciente con el resto de familiares, debe tener un intercomunicador, como el que se utiliza con los bebés. También se puede utilizar un móvil.

## Circulación del paciente por el entorno doméstico

- En la medida de lo posible se intentará limitar la circulación del paciente para minimizar el contacto con el resto de familiares y convivientes.
- Si la situación lo requiere, el paciente circulará por el entorno domiciliario haciendo un uso correcto de la mascarilla. Siempre se tendrá presente la higiene de manos.
- Se prestará especial atención a todo objeto con el que el paciente tenga contacto para su posterior limpieza.
- Se deberá restringir cualquier visita domiciliaria que no sea imprescindible.

## Lavado de manos y aseo personal

- El lavado de manos es una de las medidas principales para evitar el contagio por coronavirus. Se tiene que realizar:
  - ✓ Antes y después de cada contacto que se tenga con el paciente.
  - ✓ Antes de que el paciente salga de su habitación.
  - ✓ Después de toser o estornudar.
  - ✓ Después de manipular pañuelos.
  - ✓ Antes de comer.
  - ✓ Después de realizar la limpieza de cualquier útil o superficie.
- El paciente podrá asearse de forma habitual minimizando el contacto con objetos si el baño no es exclusivo y desechando la ropa en un cubo exclusivo para ello.
- Los utensilios de aseo serán de uso individual.

## Manejo y limpieza de residuos

- La toalla tendrá un único uso y se desechará a un cubo específico para el posterior lavado.
- Después de cada uso del baño, se procederá a la limpieza del mismo con lejía de uso doméstico.
- La ropa del paciente (incluida la ropa de cama), se trasladará en una bolsa hermética cerrada para su lavado a máquina a una temperatura de 60-90 °C con jabón o detergente de uso habitual.
- Las superficies que se tocan con frecuencia deberán lavarse con material desechable y lejía con una concentración del 1%

Para más información consulta [aquí](#) el teléfono habilitado por tu comunidad autónoma sobre la COVID-19

## Recomendaciones para el paciente en aislamiento



▶ El paciente deberá permanecer preferiblemente en una estancia o habitación de uso individual o, en caso de que esto no sea posible, en un lugar en el que se pueda garantizar una distancia mínima de 2 metros con el resto de los convivientes. La puerta de la habitación deberá permanecer cerrada hasta la finalización del aislamiento. En caso de que sea imprescindible que el paciente haga uso de las zonas comunes del domicilio, deberá utilizar mascarilla quirúrgica y realizar higiene de manos al salir de la habitación y antes de entrar en ella.



▶ La estancia o habitación deberá tener una ventilación adecuada directa a la calle. No deben existir corrientes forzadas de aire provenientes de sistemas de calor o refrigeración. Las zonas comunes también deberán mantenerse bien ventiladas.



▶ Si es posible, se dispondrá de un baño para uso exclusivo para uso del paciente, o en su defecto, deberá ser limpiado con lejía doméstica tras cada uso que haga el paciente.



▶ Se recomienda disponer de un sistema de comunicación por vía telefónica o mediante intercomunicador (como los utilizados para la vigilancia de los bebés) para comunicarse con los familiares, sin necesidad de salir de la habitación.



▶ En el interior de la estancia o habitación deberá colocarse un cubo de basura, con tapa de apertura de pedal, y en su interior una bolsa de plástico con cierre para depositar los residuos.



▶ Se recomienda disponer utensilios de aseo de uso individual y de productos para la higiene de manos como jabón o solución hidroalcohólica.



▶ La ropa personal, ropa de cama, toallas, etc. deberán ser de uso exclusivo del paciente y cambiarse frecuentemente.



▶ La persona enferma deberá seguir en todo momento las medidas de higiene respiratoria: cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con el codo flexionado o pañuelos desechables que se depositarán en el cubo de basura dispuesto dentro de la habitación tras su uso.



▶ El paciente deberá lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón. También podrá utilizar soluciones hidroalcohólicas si están disponibles.



▶ La persona enferma no deberá recibir visitas durante el periodo que dure el aislamiento.



▶ Se recomienda disponer de un registro de entrada y salida diario de personas que accedan a la habitación.

## Medidas de prevención para quienes conviven en el domicilio



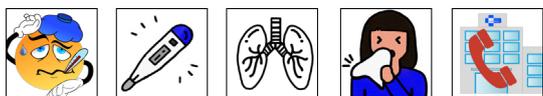
► Se informará de manera clara, concreta y sencilla para minimizar la alarma y la ansiedad a las personas que conviven con el paciente de COVID-19. Se facilitarán indicaciones, preferiblemente por escrito, sobre las medidas de prevención. Esto es especialmente importante en el caso del conviviente que vaya a realizar la atención al paciente.



► Los miembros de la familia y convivientes deben permanecer en una habitación diferente, teniendo el mínimo contacto con el caso. Evitar el contacto directo con los fluidos corporales, especialmente los orales o secreciones respiratorias, y heces. No se deben compartir objetos de uso personal tal como cepillos de dientes, vasos, platos, cubiertos, toallas, ropa, etc.



► Todas las personas convivientes deben lavarse las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.



► Los miembros de la familia, convivientes y personas encargadas de los cuidados realizarán auto vigilancia de la aparición de síntomas de infección respiratoria aguda como fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar; y consultarán con los servicios de salud si estos aparecieran, con el fin de detectar precozmente la aparición de un posible caso.

## Recomendaciones para personas responsables de los cuidados



▶ Se evaluará de forma individual que las personas responsables de los cuidados de los pacientes no tengan factores riesgo de complicaciones para el COVID-19: enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, inmunodepresión, diabetes, embarazo...



▶ Si es necesaria la prestación de cuidados, se ha de procurar que sea una única persona la que proporcione atención.



▶ Deberá lavarse de manos frecuente con agua y jabón o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.



▶ Si el cuidado requiere una aproximación a una distancia inferior a un metro, el paciente llevará una mascarilla quirúrgica.



▶ Como medidas adicionales la persona cuidadora empleará guantes desechables si se va a entrar en contacto con secreciones del enfermo, tras su uso se desecharán y se lavará las manos inmediatamente después.



▶ La persona cuidadora será informada de que será considerada como contacto estrecho. No se hará un seguimiento activo de los contactos, únicamente se les indicará realizar cuarentena domiciliaria durante 14 días. Las autoridades sanitarias podrán valorar situaciones individuales que requieran otro tipo de recomendación.



▶ Si durante los 14 días posteriores a la exposición la persona cuidadora desarrollara síntomas deberá contactar con los servicios de Atención Primaria, según se haya establecido en los protocolos del Área de Salud de Melilla y, si la situación lo permite, realizar autoaislamiento domiciliario.

## Manejo de residuos en un domicilio en cuarentena



► Los residuos del paciente, incluido el material desechable utilizado por la persona enferma (guantes, pañuelos, mascarillas), se han de eliminar en una bolsa de plástico (**Bolsa 1**) en un cubo de basura dispuesto **dentro de la habitación**, preferiblemente con tapa y pedal de apertura, sin realizar ninguna separación para el reciclaje.



► La bolsa de plástico (**Bolsa 1**) debe cerrarse adecuadamente e introducirla en una segunda bolsa de basura (**Bolsa 2**), **al lado de la salida de la habitación**, donde además se depositarán los guantes y mascarilla utilizados por el cuidador y se cerrará adecuadamente antes de salir de la habitación.



► La **Bolsa 2**, con los residuos anteriores, se depositará en la bolsa de basura (**Bolsa 3**) con el resto de los residuos domésticos.



► La **Bolsa 3** también se cerrará adecuadamente y se llevará al contenedor de residuos orgánicos.



### Habitación del paciente

Dentro de la habitación del paciente se cierra la bolsa y se saca



### Zona de la casa

Junto a la puerta está preparada la segunda bolsa que se cierra y se pasa al cubo general



### Exterior

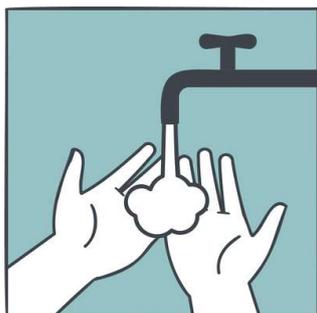
La tercera bolsa se lleva al contenedor de residuos orgánicos



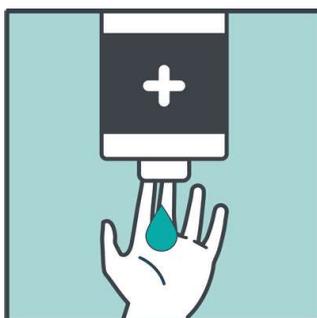


# BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

Sigue estos pasos durante el lavado de manos:



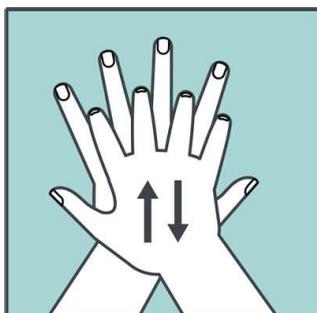
Mójate las manos



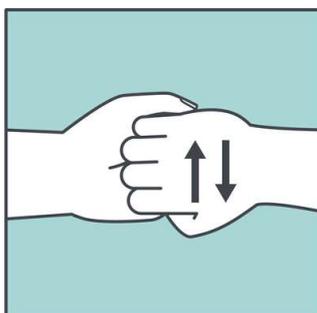
Deposita la cantidad  
suficiente de jabón en  
las palmas



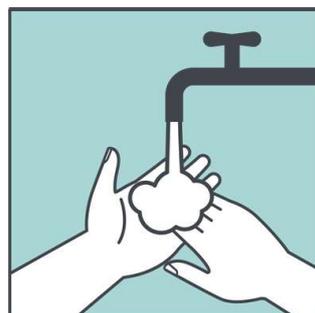
Frótate las palmas de  
las manos



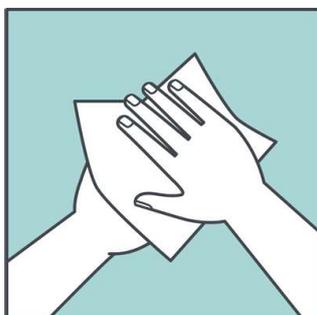
Frótate las palmas con  
los dedos entrelazados



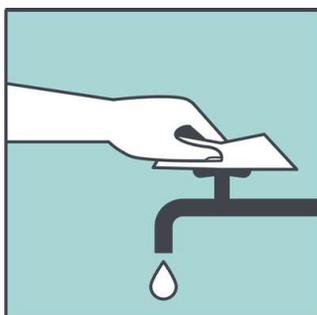
Frótate los dedos de  
una mano con la palma  
de la opuesta



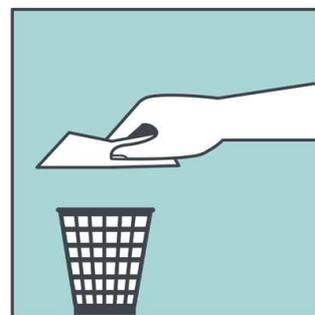
Enjuágate las manos  
con agua



Sécate las manos con  
una toalla desechable



Usa la misma toalla  
para cerrar el grifo



Tira la toalla a la  
basura



# BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)



EN CASO DE SUFRIR UNA  
INFECCIÓN RESPIRATORIA,  
EVITA EL CONTACTO  
CERCANO CON OTRAS  
PERSONAS



EVITA TOCARTE LOS OJOS,  
NARIZ Y LA BOCA



LAVATE LAS MANOS  
FRECUENTEMENTE  
CON AGUA Y JABÓN



AL TOSER O ESTORNUDAR,  
CÚBRETE LA BOCA Y LA NARIZ  
CON EL CODO FLEXIONADO O  
CON UN PAÑUELO  
DESECHABLE



SI NOTAS SÍNTOMAS DE  
FIEBRE, TOS O FALTA DE AIRE,  
CONTACTA CON EL 112/061

## REDUCE EL RIESGO DE CONTAGIO