



Industria de procesamiento de la carne

Medidas de protección contra la COVID-19 en el lugar de trabajo – Recomendaciones Provisionales



Pour des milieux de travail en santé
Réseau de santé publique
en santé au travail

Actualizado el 15 de junio del 2020: **cambios destacados en amarillo**

Estas medidas se aplicarán cuando la transmisión comunitaria sea confirmada por las autoridades de salud pública. Según los conocimientos actuales, se sabe que la enfermedad puede ser transmitida por personas asintomáticas que son portadoras de la enfermedad. Por lo tanto, se recomiendan medidas preventivas en todo momento.

La reanudación de cualquier servicio no esencial debe llevarse a cabo de manera que se controle la transmisión del COVID-19. Para evitar que haya un nuevo brote, deben cumplirse varias condiciones descritas [aquí](#) (disponible en francés y en inglés).

Se aplican las medidas de prevención recomendadas por el gobierno para la población general y las [Recommandations de base pour tous les milieux de travail](#) (en francés), a menos que se especifiquen medidas más restrictivas.

Se debe prestar especial atención a las trabajadoras embarazadas y a las personas que tienen condiciones de salud especiales. Por favor, consulte las siguientes recomendaciones (en francés):

[Travailleurs immunosupprimés](#) (Trabajadores inmunosuprimidos)

[Travailleurs avec des maladies chroniques sévères](#) (Trabajadores con enfermedades crónicas severas)

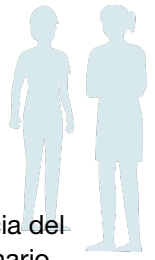
[Travailleuses enceintes ou allaitantes](#) (Trabajadoras embarazadas o en periodo de lactación)

Las siguientes recomendaciones toman en cuenta la importancia de mantener la cadena de producción de alimentos esenciales y, al mismo tiempo, se aspira a una protección óptima de los trabajadores.

Organización del trabajo

Con el fin de proteger la salud de los empleados y de las personas que frecuentan el lugar de trabajo, se pide a los empleadores y a los trabajadores de respetar las directivas de aislamiento (al regresar de viaje, casos positivos del COVID-19, contactos con casos positivos) y tener en cuenta otras limitaciones (asistencia escolar voluntaria, transporte público limitado, etc.):

- ▶ Fomentar el teletrabajo.
- ▶ Permitir horarios flexibles.
- ▶ Revisar las tareas para fomentar su realización en solitario, en equipos pequeños o según los nuevos criterios de distanciamiento.



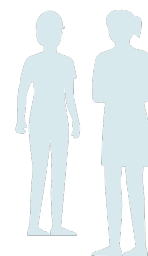
Protocolo para trabajadores sintomáticos

- ▶ Pedir a los trabajadores que no se presenten a trabajar si tienen síntomas que sugieran la presencia del COVID-19 (ver el cuadro de abajo). Antes del comienzo de cada turno, se puede llenar un cuestionario de síntomas para todos los trabajadores.
- ▶ No se recomienda tomar la temperatura sistemáticamente antes de empezar a trabajar. De adoptarse, esta medida debería utilizarse con cautela y con pleno conocimiento de los límites de detección de los casos de COVID-19, por las siguientes razones, entre otras:
 - ▶ No todos los casos de COVID-19 tienen fiebre;
 - ▶ La fiebre fluctúa ampliamente a lo largo del día (riesgo de falsos negativos);
 - ▶ Tomar medicamentos para la fiebre (por ejemplo: paracetamol, ibuprofeno) o beber bebidas frías o calientes puede afectar los resultados;
 - ▶ Algunos dispositivos de medición de la temperatura, como los dispositivos sin contacto, pueden tener un margen de error significativo;
 - ▶ Además, es necesario entrenar y proteger adecuadamente (guantes, máscara de procedimiento y protección ocular) al personal responsable de tomar la temperatura de otros empleados. También es necesario informar a los clientes que no entren en los espacios de trabajo si presentan síntomas.
- ▶ Si un trabajador o cliente comienza a presentar síntomas en el lugar de trabajo :
 - ▶ Pedir que use una máscara de procedimiento y que se aíse en un cuarto previsto para este propósito; Llamar al 1-877-644-4545 para obtener instrucciones (servicio en francés o en inglés);
 - ▶ La persona sintomática debe consultar el documento [Guide autosoins](#) (Guía de autocuidado) para obtener más detalles (disponible en francés y en inglés). Dejar una copia de la guía impresa en la sala de aislamiento.
- ▶ Los trabajadores que han estado en contacto con la persona sintomática deben monitorear sus síntomas mientras esperan instrucciones de salud pública y llamar al 1-877-644-4545 si desarrollan síntomas (servicio disponible en francés o en inglés).

Síntomas de COVID-19

Si tiene los siguientes síntomas, llame al 1-877-644-4545 (servicio disponible en francés o en inglés):

1 síntoma entre estos	O	2 síntomas entre estos
Aparición o agravamiento de la tos		Un síntoma general (dolor muscular, dolor de cabeza, fatiga severa o pérdida significativa de apetito)
Fiebre (temperatura oral de 38°C o más)		Dolor de garganta
Dificultad respiratoria		Diarrea
Pérdida repentina del sentido del olfato sin congestión nasal, con o sin pérdida del gusto		



Higiene de las manos

- ▶ Promover la higiene de las manos proporcionando a los trabajadores el equipo necesario (agua corriente; jabón; soluciones hidroalcohólicas/gel antibacteriano; botes de basura sin contacto; pañuelos, toallas o papel desechable; etc.).
- ▶ Lavarse las manos frecuentemente con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos.
- ▶ Usar un gel a base de alcohol (60% o más) durante al menos 20 segundos si no hay agua y jabón disponibles.
- ▶ Todos los trabajadores deberían poder lavarse las manos al menos al llegar y al salir del trabajo, después de tocar superficies que se tocan con frecuencia (interruptores, manijas de puertas, microondas, pasamanos, etc.), antes y después de las pausas y las comidas, al utilizar el baño y al entrar y salir de los elevadores o montacargas.
 - ▶ Ver la hoja informativa de [Santé Canada](#) (Ministerio de salud de Canadá, en francés o inglés)
- ▶ Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos o guantes.
- ▶ A menos que se indique lo contrario, no se recomienda el uso de guantes para evitar la transmisión del COVID-19, ya que puede dar una falsa sensación de seguridad. Los guantes pueden contaminarse y, por tanto, contaminar a la persona que los lleva al tocarse la cara, o contaminar las diversas superficies que se tocan.

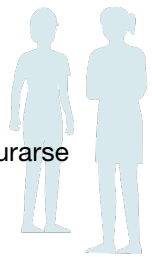
Etiqueta respiratoria

Respetar y promover la etiqueta respiratoria: toser en el interior del brazo con el codo doblado o en un pañuelo, soplarse la nariz en un pañuelo de papel y desecharlo en un bote de basura cerrado inmediatamente después de usar, luego lavarse las manos lo antes posible.

Distanciación física y minimización de los contactos físicos

Cuanto más contactos haya entre diferentes personas, mayor será el riesgo de que uno de estos contactos sea con una persona contagiosa y, por lo tanto, mayor será el riesgo de transmisión del COVID-19. Por lo tanto, minimizar la cantidad, la frecuencia y la duración de los contactos, así como respetar la distancia física de dos metros en todo momento entre todas las personas son las medidas más efectivas y deben priorizarse:

- ▶ Fomentar el teletrabajo.
- ▶ Reducir las actividades a las que se consideren esenciales.
- ▶ Mantener la cantidad mínima de trabajadores presentes en el sitio.
- ▶ Restringir a la mínima cantidad de personas en el lugar de trabajo al mismo tiempo (trabajadores, clientes o cualquier otro proveedor o subcontratista), reorganizando el trabajo y los servicios en consecuencia.
- ▶ Favorecer los equipos pequeños y estables durante semanas o incluso meses, para evitar la multiplicación de las interacciones:
 - ▶ Para el trabajo en equipo, siempre mantener los mismos grupos de trabajadores, manteniendo el menor número posible de trabajadores en estos grupos;



- ▶ Mantener a los trabajadores en los mismos puestos de trabajo tanto como sea posible, y asegurarse de que los trabajadores son asignados a un solo sitio de trabajo;
- ▶ Evitar los contactos físicos directos (apretones de manos, abrazos, etc.).
- ▶ Reorganizar los espacios físicos y las actividades de trabajo de manera que se respete la distancia física mínima de dos metros entre las personas:
 - ▶ Cambiar los métodos de trabajo;
 - ▶ Evitar las reuniones y encuentros en persona. Favorecer métodos alternativos como la videoconferencia, los mensajes telefónicos o videos pregrabados. Si las reuniones son absolutamente necesarias (por ejemplo, para cuestiones de seguridad):
 - ▶ Reducir al mínimo necesario los encuentros en persona (frecuencia y duración) en un espacio lo suficientemente grande como para respetar en todo momento la distancia de dos metros entre los individuos.
- ▶ Limitar al mínimo las salidas y los movimientos.

NOTA: por ejemplo, cruzar una persona en el pasillo o en las escaleras sin tener contacto físico es de bajo riesgo.

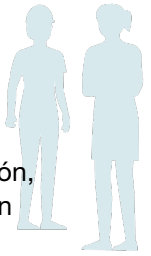
Prestar especial atención a las siguientes situaciones

Cuellos de botella

- ▶ Prestar atención especial a los espacios que actúan como cuellos de botella (por ejemplo, la entrada a las zonas de producción, la entrada de la cafetería, las zonas donde se encuentran los dispositivos de sellado de tiempo para controlar entradas y salidas, etc.):
 - ▶ Evitar que se formen colas de personas en estos lugares.
 - ▶ Si es necesario, cambiar ligeramente los horarios de los turnos y de las pausas.
- ▶ Instalar dispensadores de solución/gel hidroalcohólica de fácil acceso en espacios abiertos para evitar que se instalen en zonas que crearán otros cuellos de botella.

Pausas y comidas

- ▶ Asegurarse de que se apliquen medidas de distanciamiento social durante los descansos (por ejemplo, evitar reuniones).
- ▶ Eliminar elementos no esenciales en áreas comunes (revistas, periódicos, baratijas, decoraciones, etc.).
- ▶ Asegurarse que los trabajadores coman en áreas suficientemente grandes para que haya una distancia de más de 2 metros de distancia entre cada uno de ellos. Proveer salas adicionales si es necesario.
- ▶ Si no se dispone de otra sala, modificar el horario de las comidas para mantener una cantidad limitada de trabajadores en el comedor al mismo tiempo, o pedir al personal comer en su oficina cuando es posible.



- ▶ Asegurarse de que los mismos grupos de trabajadores coman a la misma hora, en la misma habitación, día tras día. Si los trabajadores están comiendo fuera de la instalación, asegurarse de que mantengan una distancia mínima de dos metros entre ellos.
- ▶ Evitar compartir alimentos u objetos (por ejemplo, cigarrillos, lápices, teléfonos celulares, monedas o billetes). Cuando se compartan artículos, limpiarlos rigurosamente entre cada usuario.
- ▶ Evitar el intercambio de tazas, vasos, platos, utensilios, etc. Lavar los platos en agua caliente y con jabón.

Trabajar a menos de dos metros de distancia

Para las tareas **en las que es imposible mantener una distancia mínima de dos metros** entre las personas **durante más de 15 minutos acumulados** en un solo turno, deben hacerse adaptaciones:

- ▶ Instalar una barrera física adecuada para separar los trabajadores cuando la distancia de dos metros no pueda ser respetada: ver la hoja informativa del [IRSSST](#) para detalles sobre las barreras físicas (en francés).
- ▶ De ser imposible, o si la implementación de medidas de distanciamiento está pendiente:
 - ▶ Se recomienda **usar una máscara médica de procedimiento de calidad¹** y protección para los ojos (gafas con protección lateral o visera).
- ▶ Cuando el trabajo no se realiza en público y todos a los trabajadores que se encuentran a menos de dos metros de distancia llevan una máscara de procedimiento de calidad¹ (o un APR), no se requiere protección ocular a menos que normalmente se requiera por alguna otra razón.

Problemas con humedad excesiva

- ▶ Usar sólo un visor es posible **como último recurso**:
 - ▶ Cuando las condiciones ambientales dan lugar a problemas de empañamiento de la protección ocular con la máscara médica de procedimiento, a pesar de la búsqueda de soluciones técnicas para remediarlo (por ejemplo: duración de las tareas de riesgo, ventilación) y cuando el empañamiento provoca riesgos para la seguridad de los trabajadores (por ejemplo: uso de cuchillos);
 - ▶ Cuando la máscara se deteriora debido a la alta humedad, requiriendo cambios muy frecuentes, lo que aumenta contactos en la cara.
- ▶ Es importante recordar que, de acuerdo con el conocimiento científico disponible hasta la fecha, el uso de la visera sola **no ofrece el mismo nivel de protección** que la máscara de procedimiento de calidad¹ con protección ocular, cuando el trabajador se encuentra a menos de 2m de distancia de otras personas.

Tareas que ya requieren el uso de un equipo de protección respiratoria (EPR)

Para tareas donde los trabajadores ya están utilizando un equipo de protección respiratoria (EPR), estos deben continuar usándose y no deben reemplazarse por una máscara de procedimiento, ya que son adecuados para proteger contra el COVID-19. Se deben seguir aplicando las siguientes medidas:

¹ Las máscaras con pruebas de conformidad (ASTM) son preferibles. Para obtener detalles sobre las normas de calidad y los criterios que ayudan al empleador a elegir las máscaras adecuadas en situaciones de escasez real o percibida: véase los documentos siguientes (en francés) : [document du comité sur les infections nosocomiales du Québec](#) (CINQ, recomendaciones del comité sobre las infecciones nosocomiales de Québec) y [document sur le choix des masques de procédure](#) (documento sobre la elección de las máscaras de procedimiento).



- ▶ Si el trabajo se lleva a cabo dentro de los dos metros de personas que no usan un EPR o máscara de procedimiento, agregar gafas protectoras o una visera que cubra la cara hasta la barbilla, si no están ya en uso por lo normal.
- ▶ El uso de EPR debe realizarse como parte de un programa de protección respiratoria, incluyendo las pruebas de ajuste.

Tareas que ya requieren el uso de guantes

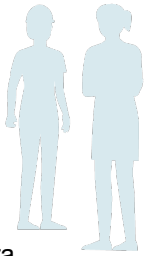
- ▶ Usar guantes cuando se usan normalmente para la tarea.
- ▶ Si la tarea no necesita el uso de guantes, no es necesario usarlos para protegerse contra el COVID-19 (excepto por el contacto con un caso confirmado o una persona sintomática). En general, no se recomienda usar guantes para evitar la transmisión del COVID-19 a menos que se indique lo contrario, ya que puede promover una falsa sensación de seguridad. Los guantes pueden contaminarse y así contaminar a la persona que se toca la cara o contaminar diversas superficies.

Tareas que ya requieren el uso de ropa de protección

- ▶ Usar la ropa de protección que generalmente se usa para la tarea.
- ▶ Si la tarea no necesita el uso de ropa de protección, no es necesario usarla para protegerse contra el COVID-19 (excepto por el contacto con un caso confirmado o una persona sintomática).

Retirar el equipo de protección personal al acabar el turno

- ▶ Quitarse los guantes (si están usados).
- ▶ Lavarse las manos con solución hidroalcohólica.
- ▶ Quitarse la ropa de protección (si está usada).
- ▶ Lavarse las manos con solución hidroalcohólica.
- ▶ Retirar la protección ocular.
- ▶ Lavarse las manos con solución hidroalcohólica.
- ▶ Retirar la máscara (procedimiento, EPR) manipulándola solo por los elásticos laterales.
- ▶ Colocar la máscara en un contenedor, idealmente sin contacto.
- ▶ Desinfectar el equipo reutilizable (por ejemplo, protección ocular o visor si es reutilizable, EPR) con un producto adecuado para el equipo.
- ▶ Asegurarse de lavarse las manos con agua y jabón, o de usar una solución hidroalcohólica.



Recepción de mercancías

- ▶ Mantener una estabilidad de los equipos que están en contacto con el personal que proviene de fuera de la empresa (por ejemplo: repartidores, camioneros, etc.).
- ▶ De ser posible, organizar las tareas de tal manera que los repartidores y proveedores puedan depositar los productos en la entrada de la empresa, evitando que haya tránsito de personal de otras empresas en las instalaciones.
- ▶ Colocar la mercancía en una superficie limpia, respetando la distancia mínima de 2 metros entre individuos;
- ▶ Dentro de lo posible, aislar el área de recepción de mercancías de otras áreas del establecimiento.

Manejo de objetos y firma de documentos

- ▶ Se recomienda determinar un protocolo para el manejo seguro de documentos. En la medida de lo posible, limitar el intercambio de papel al mínimo (por ejemplo, favorecer firmas electrónicas de contratos, recibos, comprobantes, y notas de entrega).
- ▶ Cuando se requieren documentos impresos:
 - ▶ Colocar los documentos en una superficie limpia para entregar y tomar los documentos respetando la distancia de 2 metros entre individuos.
 - ▶ Evitar de compartir bolígrafos con los interlocutores, quienes deben usar el suyo.
 - ▶ Proporcionar bolígrafos para los clientes en caso de que no tengan uno para firmar.
 - ▶ De ser necesario, limpiar su pluma con jabón suave o con toallitas desinfectantes.
 - ▶ Al tomar los documentos, colocarlos en un sobre y transportarlos en un porta documentos.
 - ▶ Informar al cliente previamente de las medidas preventivas que deben tomarse.

Aire acondicionado y ventilación portátil

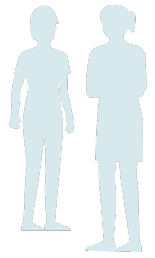
- ▶ Cuando las condiciones lo requieran, los aires acondicionados y los ventiladores de pedestal se pueden usar con cuidado, observando ciertas medidas establecidas en la siguiente [hoja informativa](#).

Limpieza y desinfección de espacios y superficies

- ▶ Se pueden utilizar los productos habituales de limpieza y desinfección.
- ▶ Ver los productos recomendados por el [INSPQ](#) o [Santé Canada](#) (en francés o en inglés).

Comedores

- ▶ Limpiar y desinfectar regularmente las superficies tocadas con frecuencia o cuando estén visiblemente sucias (por ejemplo, mesas, sillas, etc.).
- ▶ Limpiar el comedor después de cada período de comida (prestando especial atención a las superficies que se tocan con frecuencia, como la manija del refrigerador, lavabo, superficies, microondas, etc.).



- ▶ Desinfectar las áreas para comer al menos una vez al día.

Espacios comunes y áreas de trabajo

- ▶ Limpiar las superficies que se tocan con frecuencia (escritorio, manijas de puertas, accesorios de computadora, teléfonos, estuches, etc.) al menos cada turno o cuando cambie de usuario.

Instalaciones sanitarias y vestuarios.

- ▶ Limpiar al menos cada turno.
- ▶ Desinfectar al menos una vez al día.

Uso de guantes

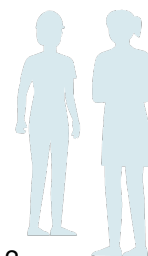
- ▶ Se recomienda usar guantes de goma para proteger las manos de la irritación por los productos utilizados.
- ▶ Evitar de tocarse la cara con los guantes puestos.
- ▶ Desechar los guantes al quitárselos, o limpiarlos si son reutilizables, permitiendo que se sequen adecuadamente. Lavarse las manos inmediatamente después.

Limpieza y desinfección de las zonas de trabajo y de las salas de aislamiento temporal que han sido ocupadas por trabajadores infectados (confirmados) o sintomáticos

- ▶ Cerrar el área de trabajo y la sala.
- ▶ Desinfectar inmediatamente después de que la persona se vaya, siguiendo las instrucciones anteriores.
- ▶ Si es posible, abrir las ventanas exteriores para aumentar la circulación de aire en el área afectada.
- ▶ Dejar suficiente tiempo de contacto para que el desinfectante inactive el virus (de acuerdo con las especificaciones del fabricante).
- ▶ Una vez que se completa la desinfección, se puede volver a abrir el área de trabajo y la habitación.

Limpieza de la ropa de trabajo

- ▶ Lavar la ropa que se usa en el trabajo después de cada día, de acuerdo con las instrucciones del fabricante, utilizando agua de temperatura adecuada para estos artículos y el detergente habitual.
- ▶ Evitar de sacudir la ropa sucia.
- ▶ No es necesario lavarla por separado de otra ropa.
- ▶ Asegurar un secado adecuado.
- ▶ Asegurarse de que la ropa de trabajo y los guantes siempre los use el mismo trabajador hasta que se hayan lavado. Considerar la posibilidad de tener repuestos adicionales para poder aumentar la frecuencia de lavado.



Limpieza de los platos

- ▶ Cuando sea posible, cada usuario debe lavar sus propios platos (respetando la distancia mínima de 2 metros).
- ▶ Los platos y utensilios deben lavarse con agua caliente y jabón para platos.
- ▶ El uso de un lavavajillas también es adecuado.
- ▶ Siempre que sea posible, evitar el uso de duchas a presión (grifería estilo chef) para desalojar los alimentos y evitar salpicaduras en la cara; en su lugar, usar un remojo previo o desalojar los residuos de comida con un paño o esponja.
- ▶ Lavarse las manos después de manipular platos sucios.

Trabajadores de agencias de colocación de personal

- ▶ Un empleador que utiliza los servicios de una agencia de colocación de personal debe aplicar las mismas medidas de protección y prevención a estos trabajadores al igual que los trabajadores regulares de su organización.
- ▶ El empleador también debe asegurarse de que la agencia respete las medidas sanitarias de salud pública. Para obtener más detalles sobre las recomendaciones hechas a las agencias de colocación de personal, consultar la [hoja informativa del INSPQ](#) (en francés).
- ▶ Consultar la hoja informativa sobre el [fly-in fly-out et drive-in drive-out](#) (en francés) para el transporte de grupos de trabajadores de la agencia.

Primeros auxilios en el lugar de trabajo

Para más detalles sobre las recomendaciones hechas al personal de primeros auxilios en el lugar de trabajo, leer las [mesures de prévention concernant les premiers secours et premiers soins \(PSPS\) en milieu de travail](#) (medidas preventivas para los primeros auxilios en el trabajo, disponible en francés).

Información-promoción-formación

Carteles que destacan la importancia de la higiene de las manos, la etiqueta respiratoria y el distanciamiento social deben colocarse en lugares estratégicos.

Proporcionar un plan de información y capacitación para trabajadores y gerentes sobre medidas de protección y prevención.

Seguir la capacitación disponible en línea sobre las medidas de prevención y protección que se tomarán en relación con el COVID-19: [COVID-19 et santé au travail](#) (en francés).



Prevención de la salud psicológica y los riesgos psicosociales en el trabajo

- ▶ Además de controlar los riesgos de transmisión del COVID-19, también se recomienda mantener un ambiente de trabajo psicosocial propicio para la salud psicológica y tomar las medidas necesarias para prevenir la angustia psicológica de los trabajadores vinculada directa o indirectamente a la pandemia.
- ▶ Consultar las recomendaciones del [INSPQ](#) y del [IRSST](#) (en francés).

Plan pandémico

- ▶ Tener un plan pandémico adaptado al contexto específico de su lugar de trabajo y ver a su aplicación. Las recomendaciones del Ministerio de la salud y de los servicios sociales de Québec (ministère de la Santé et des Services sociaux, MSSS) se encuentran en línea (en francés): <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-000968/>

Otras referencias

- ▶ Las recomendaciones relativas a los trabajadores agrícolas extranjeros se encuentran en el documento siguiente (disponible en francés y en inglés): [Recommandations de santé publique qui doivent être appliquées pour l'accueil de travailleurs étrangers temporaires \(TET\) afin de soutenir les activités agroalimentaires au Québec en contexte de pandémie COVID-19.](#)

NOTA: El contenido de la presente hoja informativa se basa en la información científica disponible al momento de escribir estas recomendaciones. Dado que la situación y el conocimiento del virus del SRAS-CoV-2 (COVID-19) están evolucionando rápidamente, las recomendaciones de este documento están sujetas a cambios.

Industria de procesamiento de la carne

AUTORES

Groupe de travail SAT-COVID-19
Direction des risques biologiques et de la santé au travail de l'INSPQ
[Réseau de santé publique en santé au travail](#)

AGRADECIMIENTOS

Queremos agradecer al [IRSST](#) y a la [CNESST](#) por sus comentarios durante el proceso de revisión de la [versión original](#) de esta hoja informativa.

DISEÑO GRÁFICO

Valérie Beaulieu

FORMATEO

Marie-Cécile Gladel
Direction des risques biologiques et de la santé au travail

TRADUCCIÓN

Karl Forest-Bérard
Direction des risques biologiques et de la santé au travail



La versión francesa titulada *Industrie des abattoirs* también está disponible en el sitio web del Institut national de santé publique du Québec en: <https://www.inspq.qc.ca/publications/2959-industrie-abattoirs-covid19>

© Gouvernement du Québec (2020)

Nº de publication: 2959 – Versión español