

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 1 de 21

#### RETROALIMENTACIÓN DOCUMENTACIÓN Y PROTOCOLOS

# CÓDIGO DEL MUNICIPIO PARA REACTIVACIÓN ECONÓMICA ACE-COTA-095



# SISTEMA DE INFORMACION FINANCIERO Y ADMINISTRATIVO S.A.S NIT 900.271.100-5

## PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD Y MEDIDAS DE PREVENCION EN CONTRA DEL CORONAVIRUS COVID – 19

2020



Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18 **Página:** 2 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

#### **TABLA DE CONTENIDO**

1 PROPOSITO	3
2 OBJETIVOS	3
2.1 OBJETIVO GENERAL	
2.2 OBJETIVO GENERAL	
3 DEFINICIONES Y TERMINOS	
4 ALCANCE	4
5 DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD SINFA S.A.S.	
6 EXCLUSIONES SEGÚN DECRETO NÚMERO 593 DE 2020	5
7 POLÍTICAS PARA LA APLICACIÓN DE LAS NORMAS DE BIOSEGURIDAD	5
8 MEDIDAS DE PREVENCION EN CONTRA DEL CORONAVIRUS COVID - 19	5
8.1 ACTIVIDADES	
8.2 OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR:	6
8.3 PROMOVER EL TELETRABAJO	6
9 OTRAS CONSIDERACIONES	8
10 ACCIÓN DE MEJORA, RETROALIMENTACIÓN DOCUMENTACIÓN Y PROTOCOLOS	8
10.1 TOMA DE TEMPERATURA	8
10.2 TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS,	
10.3 CAPACITACIONES DE PREVENCIÓN DE COVID 19	
10.3.1 GTH 0070 - RG 021 Programa de Capacitaciones	10
10.3.2 Material	11
10.5 MANEJO DE RESIDUOS PELIGROSOS	
11 REPORTE DE PERSONA(S) CONTAGIADA(S)	
12 APROBACIÓN DOCUMENTO	
13 CONTROL DE CAMBIOS	



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18

Página: 3 de 21

1 PROPOSITO

Preservar la salud y mantener la calidad de vida de los trabajadores en el proceso de retorno Inteligente y recuperación escalonada de la dinámica empresarial, desarrollando acciones de promoción y prevención para disminuir el riesgo de contagio y de sus eventuales complicaciones.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Identificar, evaluar desde la probabilidad de contagio y priorizar a los empleados que ocupan cargos o roles que durante el transcurso de esta pandemia son indispensables para la continuidad del negocio con el fin de generar estrategias que mitiguen la exposición de estos empleados a la infección por COVID-19.

2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

 Reconocer las medidas de mitigación de la infección por COVID-19 que se estamos implementando para la protección de la salud de los trabajadores que al día de hoy requieren desempeñar labores de manera presencial y prepararnos para el retorno escalonado del resto de sus trabajadores.

 Valorar la probabilidad de contagio por COVID-19 en los diferentes escenarios en los que se desempeñan los trabajadores.

 Proporcionar insumos para implementar estrategias que aseguren el uso, la apropiación y cumplimiento de las medidas de prevención definidas.

3 DEFINICIONES Y TERMINOS

**Agente de riesgo**: Clasificación o agrupación de los peligros (Químicos, Físicos, Biológicos, Físicos-químicos, Carga física, Eléctricos, Mecánicos, Psicosocial, Público, Movilidad, etc.) en grupos. En este caso particular es biológico y específicamente, COVID-19.

**Exposición:** Situación en la cual las personas se encuentran con posibilidad de contagio al virus COVID-19.

Los tipos de contacto asociados al medio de transmisión así:

**Contacto por Gotas:** Cuando la transmisión de microorganismos se produce mediante la expulsión de partículas (gotas) de 5 µm a 100 µm (micrómetros) de diámetro desde nariz o boca, al toser o estornudar, por parte de un paciente infectante o colonizado. Estas se proyectan a no más de un metro de distancia de quien las emite y pueden traspasar la infección de



Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18

Página: 4 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

manera directa a una persona susceptible que esté dentro de esa distancia. También se pueden trasmitir de manera indirecta, por contacto.

Contacto por Transmisión por vía aérea ( aerosoles): Por microorganismos contenidos en partículas de < 5 µm de diámetro que pueden mantenerse en suspensión en el aire durante periodos prolongados y son capaces de viajar impulsadas por corrientes de aire a distancias mayores que las gotas.

Contacto indirecto con superficies contaminadas: se produce cuando el huésped susceptible entra en contacto con el microorganismo infectante a través de un intermediario inanimado (ropas, fómites, superficies de la habitación) o animado (personal de salud, otro paciente) que estuvo inicialmente en contacto con ese microorganismo.

Contacto directo o por gota por exposición a otros fluidos corporales de la persona infectada por COVID 19: que pueden contaminar, sin mediar otros elementos ni intermediarios en la transmisión. El contacto puede hacerse en mucosas, así mismo por inóculos directos a torrente sanguíneo.

**Probabilidad de Exposición**: Grado de posibilidad de que ocurra un contagio con COVID-19. La valoración se fundamenta en las características de la fuente, la exposición y la existencia de barreras o controles:

**Contacto estrecho:** Es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.

#### 4 ALCANCE

El conocimiento y cumplimiento de este Protocolo aplica a todo el personal de SINFA SISTEMA DE INFORMACION FINANCIERO Y ADMINISTRATIVO S.A.S.

#### 5 DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD SINFA S.A.S.

Código CIIU 5820 Edición de programas de software.

Sinfa Sistema De Información Financiero Y Administrativo S.A.S., es una empresa encaminada al diseño, desarrollo y comercialización software "Sinfa® ERP - SaaS" administrativo, financiero, tributario y comercial para entidades públicas; con calidad y cumplimiento, utilizando tecnología de punta y personal idóneo, orientada a brindar herramientas efectivas, eficientes y eficaces para la toma de decisiones en el logro de las metas a alcanzar por las Entidades Públicas.

Sinfa S.A.S. tiene servidores físicos instalados en el Km 3.5 Vía Bogotá – Siberia Oficina B31 CEN del Centro Empresarial Metropolitano, para prestar el servicio de computación en la nube y servicio del producto Sinfa® ERP - SaaS (Software como servicio), Liquidación y pago por Internet de Impuesto Predial, Liquidador de Impuesto de Industria y Comercio, RETEICA de algunas Entidades del sector Gobierno y municipios de Colombia.



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 5 de 21

## EXCLUSIONES SEGÚN DECRETO NÚMERO 593 DE 2020

- 5. Por causa de fuerza mayor o caso fortuito.
- 25. El funcionamiento de la infraestructura crítica -computadores, sistemas computacionales, redes de comunicaciones, datos e información cuya destrucción o interferencia puede debilitar o impactar en la seguridad de la economía, salud pública o la combinación de ellas.
- 26. El funcionamiento y operación de los centros de llamadas, los centros de contactos, los centros de soporte técnico y los centros de procesamiento de datos que presten servicios en el territorio nacional y de las plataformas de comercio electrónico.

#### 7 POLÍTICAS PARA LA APLICACIÓN DE LAS NORMAS DE BIOSEGURIDAD

- La aplicación de las normas de bioseguridad es de estricto cumplimiento para todo el personal.
- Las normas de bioseguridad deben hacer parte de la rutina de trabajo para todos los empleados.
- La Gerencia con sus colaboradores son los responsables directos de la evaluación de los riesgos, del establecimiento de las normas de bioseguridad necesarias y de la vigilancia de su cumplimiento.

#### 8 MEDIDAS DE PREVENCION EN CONTRA DEL CORONAVIRUS COVID - 19

#### 8.1 ACTIVIDADES

Tenga en cuenta las siguientes Normas Generales, recuerde que usted realiza una función muy importante en Sinfa S.A.S., por lo tanto debe responsabilizarse de su salud.

- 1. Realizar cada dos horas el lavado de manos con agua y jabón
- 2. Usar desinfectante para manos a base de alcohol.
- 3. Cubrirse al toser con la parte interna del codo
- 4. Usar tapabocas para evitar contaminar a otras personas
- 5. Ventilar los espacios de la oficina
- 6. Evitar saludo de beso
- 7. Consultar a su médico si presenta:
  - Respiración más rápido de lo normal
  - Fiebre de difícil control por más de dos días
  - Si el pecho le suena o le duele al respirar
  - Somnolencia o dificultad para despertar



Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 6 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

- Ataques o convulsiones
- Decaimiento o deterioro del estado general en forma rápida
- 8. Mantener la distancia social.
- 9. En el momento de llegada al sitio de trabajo realizar la limpieza y desinfección de sus elementos de trabajo de uso habitual como: Pantalla computador, teclado, ratón, superficies de su escritorio.
- 10. Realizar el manejo adecuado de residuos producto de su actividad.
- 11. Mantener en condiciones higiénicas y sanitarias el lugar de trabajo.
- 12. Mantener sus elementos de protección personal en óptimas condiciones de aseo, en un lugar seguro y de fácil acceso.
- 13. Evite fumar, beber y comer cualquier alimento en el sitio de trabajo.
- 14. Instalación y uso de la aplicación CoronApp para validación de síntomas y opciones según cada caso.

#### 8.2 OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR:

- 1. Cumplir los protocolos de bioseguridad adoptados por SINFA SISTEMA DE INFORMACION FINANCIERO Y ADMINISTRATIVO S.A.S. durante el tiempo que permanezca en las instalaciones de la empresa o lugar de trabajo y en el ejercicio de las labores que esta le designe.
- Reportar al Gerente General cualquier caso de contagio que se llegase a presentar en su lugar de trabajo o su familia.Esto con el fin de que se adopten las medidas correspondientes.
- 3. Adoptar las medidas de cuidado de su salud y reportar al Gerente General las alteraciones de su estado de salud, especialmente relacionados con síntomas de enfermedad respiratoria y reportar en CoronApp.
- 4. Cumplir con el protocolo de bioseguridad del CEM.

#### 8.3 PROMOVER EL TELETRABAJO

SINFA SISTEMA DE INFORMACION FINANCIERO Y ADMINISTRATIVO S.A.S. promueve el teletrabajo por lo que todo el personal a excepción del Gerente General y un Ingeniero estarán autorizadas para desplazarse a la oficina en caso fortuito.

El personal que estará en teletrabajo hasta el momento en que dure la contingencia del CODVID -19 es:

	NOMBRE						AUTORIZADO
	COMPLETO	CEDULA	CARGO	EDAD	GENERO	TELETRABAJO	DESPLAZAMIENTO
	APONTE GARZON						
1	MIGUEL GERARDO	2969538	ASESOR DE SOFTWARE	51	M	si	no
	ARIAS LEGUIZAMON						
2	MARLENY	23360246	GERENTE COMERCIAL Y VENTAS	43	F	si	no
	CARDENAS TORRES		PROGRAMADOR DE SOFTWARE /				
3	MIGUEL ANGEL	11433859	SEGURIDAD DE LA INFORMACIÓN	53	M	si	si



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18

Página: 7 de 21

	CHAPARRO ARIZA						
4	DERI YAMILE	1073517675	ASESOR DE SOFTWARE	24	F	si	no
	CHAPARRO						
	RIVEROS NESTOR						
5	HERNANDO	74180325	PROGRAMADOR DE SOFTWARE	44	M	si	no
	CORTES CAJICA						
	ALEXANDRA						
6	CAROLINA	1018431773	ASESOR DE SOFTWARE	30	F	si	no
	FORERO CAPADOR						
7	FABIO ANDRES	1071143059	ASESOR DE SOFTWARE	28	M	si	no
	GARCIA NINCO		TECNICO EN DISEÑO E				
8	KEVIN DAVID	1192793688	INTEGRACION DE MULTIMEDIA	18	M	si	no
	LINARES						
	MALDONADO						
9	MARTHA PATRICIA	35525520	ASESOR DE SOFTWARE	47	F	si	no
	LOPEZ PULIDO						
10	MICHAEL STEVENS	1070706108	ASESOR DE SOFTWARE	29	M	si	no
	LUQUE MANTILLA		DIRECTOR DE PROYECTO				
11	DIEGO FERNANDO	80497880	TECNICO	44	M	si	no
	MARTINEZ ROJAS						
12		20739791	PROGRAMADOR DE SOFTWARE	41	F	si	no
	MONROY AGUIRRE						
13	OSCAR ALEJANDRO	80820147	ASESOR DE SOFTWARE	35	M	si	no
	PALACIOS VERGARA						
14	ALFONSO	16505819	GERENTE I+D+I	46	M	si	no
	RINCON TAFUR						
15	PAOLA ANDREA	1030602454	DOCUMENTADOR	28	F	si	no
	SALAMANCA SILVA		GERENTE PROYECTO Y				
16	CLAUDIA PATRICIA	46374544	SERVICIOS	43	F	si	no
	SALAMANCA SILVA						
17	JOSE NEMECIO	74180507	GERENTE SUPLENTE	44	M	si	no
	SALAMANCA SILVA						
18	LUIS EDUARDO	9531992	GERENTE GENERAL	52	M	si	si
	SILVA NIDIA		GERENTE ADMINISTRATIVO				
19	YEZENIA	46386007	FINANCIERO Y TALENTO HUMANO	36	F	si	no
	SILVA HERRERA		DIRECTOR DE PROYECTO				
20	KARINNE	52963415	ADMINISTRATIVO	37	F	si	no

El personal que podrá desplazarse a la oficina ubicada en AUT MEDELLIN KM 3 5 VIA SIBERIA COTA OF B 31 CENTRO EMPRESARIAL METROPOLITANO COTA - CUNDINAMARCA es:

		CÉDULA	NOMBRE	VEHICULO PARTICULAR
1	1	9531992	SALAMANCA SILVA LUIS EDUARDO	DRU-328
ſ	2	11433859	CARDENAS TORRES MIGUEL ANGEL	DRU-328



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 8 de 21

#### 9 OTRAS CONSIDERACIONES

- No existirá ingreso de terceros a las instalaciones de Sinfa S.A.S.
- No se realizará consumo de alimentos en la oficina.
- No habrá nadie en las instalaciones a excepción de casos fortuitos por fallas en el Hardware, que requieran presencia para su instalación, reparación o puesta en marcha:
  - 1. Daños en los servidores.
  - 2. Actualizaciones de Hardware para mejoramiento de los servidores.
  - 3. Instalaciones de Nuevos Equipos.
  - 4. Fallos en la Red eléctrica o de datos.
  - 5. Fallos de energía.

#### 10 ACCIÓN DE MEJORA, RETROALIMENTACIÓN DOCUMENTACIÓN Y PROTOCOLOS

#### 10.1 TOMA DE TEMPERATURA

Teniendo en cuenta que el desplazamiento a la oficina será solo en casos fortuitos y que la oficina se encuentra ubicada dentro del Centro Empresarial Metropolitano, Sinfa S.A.S. se acoge al protocolo de Bioseguridad del C.E.M. (adjunto). En la página 2 numeral 3 indica:

3. Antes de la entrada, se encontrará un funcionario que tomará la temperatura a todas las personas, con un termómetro digital sin contacto (termómetro infrarrojo). Si en ese momento la temperatura que marque el aparato es de 38ºC o superior, se informará del hecho a la persona, pero no se le permitirá el acceso a las instalaciones del parque (CEM-PH). Este hecho quedará registrado en el libro diario de control de Pandemia que se lleva en la recepción del Parque.

#### 10.2 TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS

Se deben seguir los siguientes pasos para el correcto lavado de manos en la oficina y lugar de residencia como medida preventiva para evitar el contagio del COVID -19

#### Sinfa SAS invita a:

- Lavarse las manos antes de preparar o comer alimentos y tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Lavarse las manos después de ir al baño, jugar, tocar una mascota o coger un objeto sucio; toser, estornudar o sonarse la nariz y cambiar un pañal.

De igual forma, recomienda seguir los 11 pasos de la técnica del lavado de manos, que debe durar entre 40 y 60 segundos:

- 1. Mójese las manos con agua.
- 2. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos.
- 3. Frótese las palmas de las manos entre sí.
- 4. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.
- 5. Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19 Página: 9 de 21

- 6. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
- 7. Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 8. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 9. Enjuáguese las manos con agua.
- 10. Séquese las manos con una toalla de un solo uso.
- 11. Utilice la toalla para cerrar el grifo.

FUENTE: <a href="https://www.minsalud.gov.co/Regiones/Paginas/Conozca-los-11-pasos-de-la-t%C3%A9cnica-del-lavado-de-manos-que-salva-vidas.aspx">https://www.minsalud.gov.co/Regiones/Paginas/Conozca-los-11-pasos-de-la-t%C3%A9cnica-del-lavado-de-manos-que-salva-vidas.aspx</a>



#### Fuente: Organización Mundial de la Salud

EL HERALDO

#### 10.3 CAPACITACIONES DE PREVENCIÓN DE COVID 19

Sinfa S.A.S. divulgará el presente protocolo de Bioseguridad vía correo electrónico a las partes interesadas, este se publicará en la página web www.sinfa.com.co.

A los trabajadores se enviará material referente a la prevención de la contingencia de salud nacional e internacional del Covid19.



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18

Página: 10 de 21

#### 10.3.1 GTH 0070 - RG 021 Programa de Capacitaciones

Cronograma de retroalimentación





Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 11 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

#### 10.3.2 Material

Técnica para el autocuidado. Adicional se dejan las siguientes imágenes para autocuidado.



Fuente: https://www.paho.org/sites/default/files/2020-05/covid-19-myth-buster-new-series-6-es.jpg



Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 12 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

CUIDANDO LA SALUD MENTAL DEL PERSONAL SANITARIO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19





REACCIONES EMOCIONALES ANTE SITUACIONES DE ESTRÉS INTENSO Y PROLONGADO Sentirse bajo presión es una experiencia que usted y muchos de sus colegas probablemente están viviendo. El estrés y los sentimientos que lo acompañan no son reflejo, de ninguna manera, de que usted no puede hacer el trabajo o es débil.

Atender su salud mental y su bienestar psicosocial en estos momentos es tan importante como cuidar su salud física.

No está en una carrera de velocidad. Es una maratón de mucha resistencia que requiere autocuidado permanente y apoyo en algunas circunstancias.

# RECOMENDACIONES DE AUTOCUIDADO





#### 1 CUIDAR LAS NECESIDADES BÁSICAS

- Asegúrese de comer regularmente, sano y balanceado.
- Manténgase hidratado. Tome agua de manera permanente.
- Evite las bebidas azucaradas y la comida chatarra
- Duerma al menos 8 horas para recuperarse de la jornada laboral.

No hacerlo pone en riesgo su salud mental y física e igualmente pone en riesgo su capacidad de atención a los pacientes.

#### 2 DESCANSAR

- Siempre que sea posible realice actividades que lo reconforten, divertidas y relajantes, como jugar con sus hijos, leer, ver películas, juegos de mesa, conversar sobre temas cotidianos, distintos a la pandemia.
- En el trabajo haga pausas activas con la mayor frecuencia posible.
- Evite el uso de alcohol, tabaco y otras drogas.

Entienda que tomar un descanso adecuado derivará en una mejor atención a los pacientes.



Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18 **Página:** 13 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

## 3. MANTENER EL CONTACTO CON COMPAÑEROS Y COLEGAS

- Observe y escuche. Respete las diferencias entre compañeros. Algunos prefieren no hablar tanto, otros se sienten mejor y animados compartiendo sus experiencias.
- Mantenga conversaciones constructivas.
   Identifique errores y deficiencias sin juzgar a las personas. Todos nos complementamos: los elogios son motivadores poderosos y reductores del estrés.
- Conforme un grupo de autoayuda para que al menos una vez/semana conversen en un espacio seguro e imparcial de sus preocupaciones y angustias.
- Si observa que un colega está en riesgo de sufrir un problema mental por estrés crónico, inmediatamente ponga la alerta al líder del equipo.

La capacidad para resolver problemas es una habilidad profesional que genera una gran sensación de logro, incluso para pequeños incidentes.



#### 4. MANTENGASE EN CONTACTO CON SUS SERES QUERIDOS

 Cada vez que pueda y se sienta abrumado, póngase en contacto con sus seres queridos a través del teléfono y otros medios virtuales.

Su familia y seres queridos son su sostén fuera del sistema de salud.



## 5. AUTOOBSERVACIÓN DE EMOCIONES Y SENSACIONES

 Vigílese y observe sus emociones y reacciones a lo largo del tiempo.
 Si tiene sensaciones permanentes de agotamiento, insomnio, inapetencia, tristeza prolongada, pensamientos intrusivos y desesperanza, busque ayuda de un colega o supervisor.

Es normal sentir sensaciones desagradables por momentos, es una señal de defensa ante el peligro. Reconozca sus signos de estrés y pare para atenderlos. El autocuidado es su responsabilidad.

## 6. LIMITAR LA EXPOSICIÓN A LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

 Utilice mecanismos de protección psicológica colocando límites a las consultas por Whats App y otros medios de información sobre consultas privadas o del trabajo que lo saquen de su descanso.

Las imágenes visuales y mensajes preocupantes aumentan el estrés y pueden reducir su efectividad y bienestar en general.

## 7. CONFORME GRUPOS DE AYUDA MUTUA Y/O AUTOAYUDA

 Un grupo de autoayuda se conforma de manera voluntaria entre colegas con el propósito de ventilar las emociones como confusión, inquietud, descontrol, miedo, culpa, tristeza, insensibilidad e irritabilidad, que nos están generando agobio. Las actividades del grupo se llevan a cabo en un ambiente de confianza y confidencialidad entre personas que están compartiendo circunstancias similares.

## Para conformar un grupo de autoayuda, tenga en cuenta:

Es voluntario – se establece un horario de encuentro regular – horarios claros de inicio y cierre– el liderazgo se rota por sesiones – es confidencial - se lleva a cabo en un espacio privado.

Si el grupo observa que algún miembro está en riesgo de sufrir un problema en su salud mental, ¡se pone la alerta!

Compartir las emociones con personas que nos trasmiten seguridad y confianza ayuda a regularlas.





OPS/OMS. Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el COVID 19. Marzo 2020 Sociedad Española de Psiquiatría. Cuidando la salud mental del personal sanitario. Abril 2020



Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18 Página: 14 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Fuente: file:///C:/Users/TEMP.SINFAKS-PC/Downloads/Covid19\_CuidadoSaludMental.pdf

Video: https://www.youtube.com/watch?time continue=151&v=8clhYlwNp8A&feature=emb logo





Fuente: https://www.paho.org/sites/default/files/2020-03/cubra-su-tos-es-thumbnail.jpg



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 15 de 21

# Preparados en el lugar de trabajo #COVID19



Las superficies
(como los escritorios
y las mesas) y
objetos (como los
teléfonos y los
teclados) deben
desinfectarse
regularmente.



#Coronavirus

Fuente: https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 16 de 21







Al llevarse las manos a la boca el virus puede penetrar en el organismo



Fumar puede incrementar las probabilidades de contraer la COVID-19



Compartir productos de tabaco como las pipas de agua puede transmitir el virus de una persona a otra

#coronavirus #COVID19

Fuente: <a href="https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion">https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion</a>



Código:

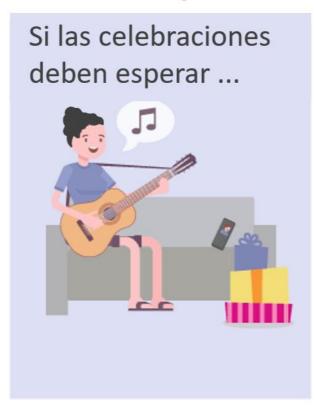
GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18 **Página:** 17 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

# Mantenernos seguros y conectados es responsabilidad de todos





El distanciamiento físico no es aislamiento social



Juntos podemos vencer a la #COVID19

Fuente: https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

**Código:** GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 18 de 21

## ¿TIENES QUE IR AL MERCADO? HAZLO DE FORMA SEGURA





Guarda por lo menos **1 metro de distancia** con otros. **Evita** tocarte los ojos, la nariz o la boca.



Si es posible, **desinfecta** la barra del carrito o canasta, antes de tocarlas.



**Lávate las manos** al volver a casa y después de manipular y guardar las compras.

No se ha confirmado si COVID-19 se transmite a través de los alimentos o sus empaques. #COVID19



Fuente: https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion



**Código:** GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

**Página:** 19 de 21

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19



# ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE CUARENTENA, AISLAMIENTO Y DISTANCIAMIENTO FÍSICO?



CUARENTENA es restringir actividades y el movimiento de las personas sanas que pueden haber estado expuestas al virus, pero no están enfermas. La meta es monitorear los síntomas y detectar nuevos casos temprano.



AISLAMIENTO es la separación de personas enfermas o infectadas por la COVID-19 de las demás para prevenir que la infección o la contaminación se propaguen.



**DISTANCIAMIENTO FÍSICO** es mantener un espacio físico entre las personas, pero no social — debemos seguir socialmente conectados, por ejemplo, a través medios digitales.





Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

Fuente: https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion

#### 10.4 PROTOCOLO DESINFECCION VEHICULOS

El desplazamiento se realizará en vehículo particular.

Con medidas prácticas y cotidianas, podemos eliminar el Coronavirus de las superficies. Un desinfectante de uso doméstico es efectivo, ya que estos disuelven la membrana grasa del virus, eliminándolo y desprendiéndolo.



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

**Fecha:** 2020-05-18

**Página:** 20 de 21



Medidas para usuarios de vehículo particular, motocicletas y bicicletas



Fuente: CoronApp

#### 10.5 MANEJO DE RESIDUOS PELIGROSOS

En caso de generarse residuos, Sinfa S.A.S. se acoge al protocolo de bioseguridad del CEM.



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD COVID-19

Código:

GTH 0070 - DO 003

Versión: 2

Fecha: 2020-05-18

Página: 21 de 21

20. Destrucción de material biosanitario (tapabocas, guantes), se deberá entregar en bolsa

individual de color verde, marcado con la fecha, la bodega u oficina se entregara al personal de recolección para su debido manejo correspondiente.

Anexo. Protocolo de bioseguridad CEM numeral 20

#### 11 REPORTE DE PERSONA(S) CONTAGIADA(S)

• Si se detecta una persona contagia en el CEM, se aplica protocolo de bioseguridad CEM:

Si se detecta una persona contagiada, esa situación debe ser reportada inmediatamente a la administración y a la Secretaria de Salud, por los teléfonos Ministerio de Salud línea gratuita nacional 018000- 955590 y en Cota al 316 8838463, Línea emergencia 123 y 195. Si ese hecho se genera, de manera inmediata debe evacuarse la zona de influencia y proceder a la desinfección general de las zonas comunes adyacentes. En este caso la unidad privada deberà igualmente proceder con la desinfección en su interior, y de esa desinfección debe entregarse certificado tècnico a la Administración, de manera inmediata a su realización.

Para cualquier reporte a la administración, pueden hacerlo a los directoradministrativocem@grupovalcas.co, asistenteadministrativacem@grupovalcas.co

Anexo. Protocolo de bioseguridad CEM

Si se detecta en casa:

Pedir información al 192 o a las autoridades locales de su lugar de residencia.

#### 12 APROBACIÓN DOCUMENTO

ELABORÓ/MODIFICÓ	RE\	/ISÓ			APROPO
Contador	Representante de Sistema de Gestión		Dirección	del	Gerente General

#### 13 CONTROL DE CAMBIOS

VERSIÓN	FECHA (AAAA/MM/DD)	CAMBIOS REALIZADOS
1	2020/05/04	Emisión del documento
2	2020/05/18	Ajustes según RETROALIMENTACIÓN DOCUMENTACIÓN Y PROTOCOLOS ACE-COTA-095