



**PROTOCOLO ACTUALIZADO DE  
PREVENCIÓN DEL COVID19  
SG-SST**



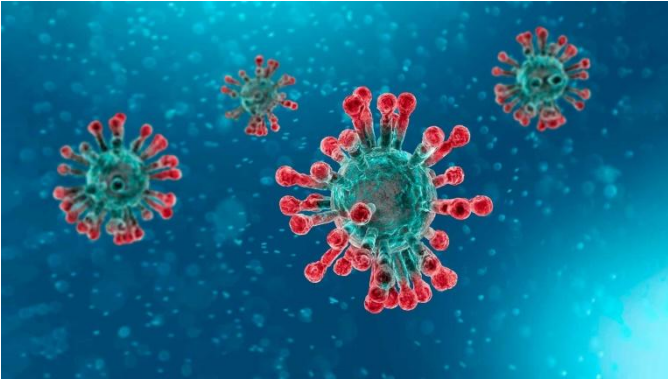
**DIRECCIÓN ADMINISTRATIVA, DE TALENTO HUMANO Y TECNOLOGIA  
UNIDAD DE TALENTO HUMANO  
MARZO 2020**



**GENSA S.A. E.S.P.**, ha implementado el siguiente protocolo, en aras de preservar la salud de nuestros trabajadores para todas sus sedes, y de esa manera garantizar la prestación del servicio de energía eléctrica en todas las zonas en donde hacemos presencia, por lo tanto, solicitamos atender y poner en práctica las siguientes instrucciones para evitar o minimizar el posible contagio del virus COVID-19.

### **¿QUE SON LOS CORONAVIRUS (COV)?:**

Son virus que surgen periódicamente en diferentes áreas del mundo y que causan Infección Respiratoria Aguda (IRA), es decir gripa, que pueden llegar a ser leve, moderada o grave.



### **¿CÓMO SE TRANSMITE EL COVID-19?**

La infección se produce cuando una persona enferma tose o estornuda y expulsa partículas del virus que entran en contacto con otras personas. Este mecanismo es similar entre todas las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA).





## ¿A QUIÉNES AFECTA?

Se conoce que cualquier persona puede infectarse, independientemente de su edad, pero hasta el momento se han registrado relativamente pocos casos de COVID-19 en niños. La enfermedad es mortal en raras ocasiones y hasta ahora las víctimas mortales, por lo general han sido personas de edad avanzada, que ya padecían una enfermedad crónica como diabetes, asma o hipertensión



## ¿CUALES SON LOS SINTOMAS?





## **¿COMO PREVENIRLO?**

- Debemos lavarnos las manos correctamente de manera frecuente, cada dos horas al menos, con agua y abundante jabón. Hacerlo frecuentemente reduce hasta en 50% el riesgo de contraer coronavirus. Mínimo 5 veces al día.
- Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Al estornudar, cúbrase con la parte interna del codo.
- Si presenta síntomas de resfriado, repórtelos a su jefe inmediato y coordinadamente adopten las decisiones de rigor, use tapabocas solo si los síntomas los evidencias en la planta.
- Limpiar y desinfectar a diario, los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente, con un desinfectante o alcohol, por ejemplo.
- Mantener de manera permanente ventilada las oficinas.
- Tratar de permanecer en lugares ventilados.

## **¿QUE HACER SI PRESENTA SÍNTOMAS DENTRO DE LA PLANTA?**

- Evitar el contacto con otros trabajadores (auto asilamiento), y adoptar autocuidado.
- Use el tapabocas.
- Informar a su jefe inmediato el cual lo deberá remitir a su respectiva EPS.
- No asista a centros médicos de no ser necesarios, solo si el cuerpo médico así lo determina.
- Evite tocar superficies que rodean su puesto de trabajo.



### **¿CUÁNDO CONSULTAR AL MÉDICO? (SIGNOS DE ALARMA)**

- a) Respiración más rápida de lo normal.
- b) Fiebre de difícil control por más de dos días, más de 37.5 grados de temperatura.
- c) Si el pecho suena o duele al respirar.
- d) Somnolencia o dificultad para despertar.
- e) Ataques o convulsiones.
- f) Decaimiento.
- g) Deterioro del estado general rápidamente.
- f) Tos, dolor general en el cuerpo.

### **¿QUE HACER ANTES DE INGRESAR A LA PLANTA O A LAS OFICINAS?**

- Reporte su estado de salud
- Si no presenta síntomas de gripa podrá cumplir con su turno
- Una vez ingrese a la empresa y antes de recibir el turno, deberá lavar sus manos y evitar acercarse a menos de dos metros a su compañero (No saludar de mano).
- Una vez dentro del puesto de trabajo limpie el puesto con un paño con alcohol (desinfección).
- Reporte a su compañero al cual recibe el turno o al jefe inmediato si ha presentado algún síntoma de gripa o si ha estado expuesto a personas con estos síntomas.



## ¿QUÉ HACER A LA SALIDA DE LA PLANTA Y LLEGADA A LA CASA?

- Una vez llegue a su casa, lo primero será lavarse las manos con buena agua y jabón, sin afán.



- Si convive por personas adultas manténgase aislado de ellos.
- Reporte a la EPS si evidencia que en su casa hay personas que presentan síntomas como; tos seca, gripa y fiebre, aíslese y reporte de igual manera a la empresa (jefe inmediato).
- Retírese los zapatos, al ingresar a casa, y lave la suela con buen jabón.
- Aplique medidas de aislamiento social, hasta donde le sea posible.

### ELEMENTOS DE PROTECCIÓN

- Si no se presentan los síntomas respiratorios característicos de la COVID-19 (sobre todo, tos), no es necesario llevar puesta una mascarilla clínica o protección respiratoria, recuerde que las mascarillas desechables solo se pueden utilizar una vez y tenga en cuenta también que, si no está usted enfermo o no cuida de una persona que lo esté, está malgastando una mascarilla. **Las existencias de mascarillas en el mundo se están agotando, y la OMS insta a utilizarlas de forma sensata.**
- Los guantes de Nitrilo o guantes quirúrgicos solo se utilizarán para actividades que lo ameriten, si usted está en contacto con superficies que varios colaboradores usan (mouse, teclados, radios, escritorios, etc.) lo recomendado es desinfecte con el alcohol que suministra laboratorio y con un paño (pedazos pequeños de wypall) limpie el área antes de usarla, deseche las toallas en bolsas rojas.



## USO DEL TAPABOCAS

El tapabocas es un elemento de protección personal lo que quiere decir que el mismo no debe ser prestado a ninguna otra persona incluyendo los miembros de la familia, a continuación mostramos una imagen del uso del tapabocas

Ante el actual pronunciamiento de la Organización Mundial de la Salud OMS en el cual recomienda el uso masivo de tapabocas para combatir la propagación de la covid-19, el Gobierno Nacional en concordancia con la nueva fase de mitigación por la que atraviesa el país (en la cual cualquier persona es potencialmente portadora del virus) informa a la población general el uso de tapabocas convencional obligatorio en los siguientes lugares:

En el sistema de transporte público (buses, Transmilenio, taxis) y áreas donde haya afluencia masiva de personas (plazas de mercado, supermercados, bancos, farmacias, entre otros) donde no sea posible mantener la distancia mínima de 1 metro.

Personas con sintomatología respiratoria.

Grupos de riesgo (personas adultas mayores de 70 años, personas con enfermedades cardiovasculares, enfermedades que comprometan su sistema inmunológico, cáncer, VIH, gestantes y enfermedades respiratorias crónicas).





Para el caso específico del trabajo en planta, los colaboradores y contratistas permanentes al igual que visitantes deberán hacer uso del tapabocas cuando la afluencia de personas en un espacio reducido sea superior a 10 personas. En caso de presentar algún síntoma como; Rinitis, gripa, deberá permanecer con el respectivo tapabocas y cambiarlo periódicamente

### **MEDIDAS PREVENTIVAS EN LA MANIPULACIÓN DE HERRAMIENTAS DE TRABAJO**

- Realizar una desinfección integral de las herramientas de trabajo previo al inicio y a la finalización de las actividades, teniendo especial cuidado con las herramientas eléctricas.
- Durante el desarrollo de las actividades, evitar el intercambio de herramientas entre los operarios.
- No preste sus herramientas a contratistas y personal ajeno a la empresa

### **MEDIDAS DE PREVENCIÓN DEL COVID19 EN EL TRANSPORTE PÚBLICO Y TRANSPORTE ASIGNADO POR LA EMPRESA**

Para el caso del servicio de transporte suministrado por Gensa para los colaboradores, el administrador del contrato deberá exigirle un informe semanal a la empresa contratistas en donde se evidencien las siguientes medidas de prevención y seguridad:

- Desinfección integral (volante, manijas, sillas, botones, comandos, etc.), de los vehículos de transporte, preferiblemente con sistemas de aspersion
- Evitar el uso del aire acondicionado, y hacer uso de ventilación natural.
- Posterior a la realización de las actividades, realizar una desinfección integral de los vehículos de transporte (volante, manijas, sillas, botones, comandos, etc.).
- En lo posible, dejar y recoger a los trabajadores en inmediaciones de la vivienda.
- Evitar realizar paradas en zonas no autorizadas o áreas de riesgo de contacto con comunidades.





- Mantener las distancias y no ocupar los vehículos a su máxima capacidad.
- Identificar los puestos con un distintivo o X, para marcar los puestos que no pueden ser ocupados, con el fin de conservar las medidas de distanciamiento.

## **BUENAS PRÁCTICAS A CONSIDERAR POR PARTE DE LOS CONDUCTORES**

- Uso de tapabocas y de guantes.
- Indicar la manera de abordar el vehículo y aplicar alcohol glicerinado (en concentración mayor al 60%), a los trabajadores antes de subir al vehículo.
- Hacer limpieza y desinfección de su vehículo después de terminar el recorrido

## **TRANSPORTE PÚBLICO DIFERENTE AL SUMINISTRADO POR GENSA**



- Mientras requiera desplazamiento en transporte público que lo obligue a desplazarse con otras personas deberá utilizar el tapabocas.
- Evitar buscar conversación a los demás pasajeros que comparten el trayecto con usted.
- Evite tocar superficies del vehículo.
- No salude con la mano y mucho menos de beso.
- Una vez llegue a su destino lávese las manos.
- Evitar consumir alimentos durante el transporte de pasajeros.



## **BUENAS PRÁCTICAS A CONSIDERAR PARA TRANSPORTE EN VEHÍCULOS OPERATIVOS Y MAQUINARIA AMARILLA**

- Uso de tapabocas y guantes por parte del conductor y sus acompañantes
- Restringir el número de pasajeros para desplazamientos en vehículos pequeños, si fuere del caso organizando turnos de trabajo, y teniendo en cuenta la distancia mínima entre los mismos.
- Limitar a máximo 3 personas, la circulación de vehículos con capacidad de hasta 5 ocupantes.
- Desarrollar código de etiqueta respiratoria, incluyendo cobertura de nariz al toser o estornudar, con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo.
- Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.

## **MEDIDAS PREVENTIVAS EN CASINOS Y CAFETERIAS**

El personal del casino deberá presentar a Gensa S.A semanalmente las acciones que está realizando en materia de prevención para la manipulación de alimentos y así evitar la propagación del Virus, dentro de las acciones que deberá presentar al administrador del contrato y al líder de logística para el caso de Termopaipa **y ZNI** serán las siguientes

- Asegurar que el personal esté capacitado adecuadamente en higiene alimentaria
- El personal de la cocina deberá reportar diariamente al líder su estado de salud, en caso que presente gripa los síntomas asociados al COVID19 No deberá manipular ningún tipo de alimentos e informar inmediatamente al líder de las central
- Lávese las manos antes de iniciar la preparación de los alimentos y con frecuencia mientras los está manipulando, después de ir al baño, tras toser, estornudar, tocarnos la boca, nariz, fumar o comer, Después de manipular cartones, envases o embalajes sucios, o haber manipulado desechos, basuras, Tras haber tocado objetos como dinero, teléfonos, cajas registradoras, Después de las tareas de limpieza



- Lave y desinfecte las superficies y los utensilios que ha utilizado tras la preparación de los alimentos
- Mantenga y conserve los alimentos tapados y guardados tanto en la cocina, en la despensa y armarios, como en la nevera
- No permitir el acceso a las instalaciones a aquellas personas ajenas a la empresa que no lleven la vestimenta adecuada (uso de bata, protectores de calzado, cubrecabezas, tapabocas
- Entre las personas que van a ingresar al servicio de casino-alimentación, al efectuar la fila no debe haber menos de un metro y medio, entre cada trabajador, además no se debe hablar sobre la línea caliente, cubiertos y demás elementos y alimentos que se disponen.
- Evitar la manipulación de teléfonos celulares durante el tiempo de alimentación.
- Una vez finalizada la alimentación, retirar la bandeja con la loza y colocarla en el lugar designado y posteriormente lavarse las manos siguiendo el protocolo establecido.

### **MEDIDAS PREVENTIVAS EN CAMPAMENTOS Y CASAS FISCALES PARA EL ALOJAMIENTO DEL PERSONAL**

- Implementar por parte de trabajadores y personal que prestan otros servicios en esas zonas, el lavado de manos en donde el contacto con el jabón debe durar mínimo entre 20 - 30 segundos, en especial al llegar al alojamiento, antes de preparar y consumir alimentos y bebidas, antes y después de usar el baño, cuando las manos están contaminadas por secreción respiratoria, después de toser o estornudar.
- Asearse inmediatamente se haga el ingreso al alojamiento, dejar la ropa usada en una bolsa, y en lo posible no ingresar con los zapatos puestos.
- Limpiar los zapatos al menos una vez al día con productos recomendados para la desinfección.
- Al toser o estornudar, cubrir nariz y boca con el antebrazo o usar un pañuelo desechable e inmediatamente lavarse las manos.
- No fumar al interior del alojamiento.



- En los casos en que se cuente con zonas para fumadores, recomendar no compartir los cigarrillos y hacer una buena disposición de los residuos
- Mantener la ventilación e iluminación natural del alojamiento.
- En caso de que un trabajador presente síntomas respiratorios, notificar a los teléfonos establecidos por el ministerio de salud e informar inmediatamente a Seguridad y Salud en el trabajo al mismo tiempo que al ingeniero de turno o líder de la central y seguir las recomendaciones dadas por el Ministerio de Salud y Protección Social.

## **MEDIDAS PREVENTIVAS EN ACCESOS DE SEGURIDAD Y PORTERÍAS**



- El personal de Vigilancia deberá hacer uso permanente de tapabocas, guantes y constante desinfección de elementos de uso frecuente.
- En los lugares que se requiera realizar filasm se deben señalar las distancias mínimas de un metro y medio entre una persona y otra.
- Evitar la entrega de documentos de una mano a otra
- Desinfección constante de torniquetes de seguridad, controles biométricos
- Lavado frecuente de manos
- Evitar tener contacto Físico con las personas
- Reportar a su empleador al igual que a Gensa S.A cualquier alteración en su salud que implique síntomas asociados al CORONAVIRUS
- Solicitar a su empleador los elementos de protección adecuados para la protección del CORONAVIRUS

## **HIGIENE PERSONAL**

- Al toser o estornudar cubrirse bien la boca y la nariz con el codo o con un pañuelo desechable para retener las secreciones respiratorias.



- Usar pañuelos desechables y tirarlos inmediatamente a un recipiente habilitado para tal fin.
- Lavarse las manos a menudo con agua y jabón (o solución recomendada) para evitar la transmisión o el contacto con los virus y siempre después de toser, estornudar y sonarse. Si las manos están visiblemente limpias la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica o si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua y jabón antiséptico. Si no se dispone de productos en base alcohólica proceder siempre a un lavado de manos con abundante agua y jabón.
- Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos que puedan dificultar una correcta higiene de manos.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión.
- Evitar cualquier contacto físico.
- Mantenerse a la mayor distancia posible ( $\geq 1,5$  m) si la actividad lo permite.



## LAVADO ADECUADO DE LAS MANOS

GENSA S.A E.S.P pensando en el bienestar y salud de todos sus colaboradores les recuerda el procedimiento para un adecuado lavado de manos.

**0** Duración de todo el procedimiento: **40-60 segundos**

 <p><b>0</b> Mójese las manos con agua;</p>	 <p><b>1</b> Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;</p>	 <p><b>2</b> Frótese las palmas de las manos entre sí;</p>
 <p><b>3</b> Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;</p>	 <p><b>4</b> Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;</p>	 <p><b>5</b> Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;</p>
 <p><b>6</b> Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;</p>	 <p><b>7</b> Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;</p>	 <p><b>8</b> Enjuáguese las manos con agua;</p>
 <p><b>9</b></p>	 <p><b>10</b></p>	 <p><b>11</b></p>



## RECOMENDACIONES ADICIONALES

- Evite compartir líquidos del mismo recipiente.
- Vajilla y Ropa de Cama: No se requiere un tratamiento especial para la ropa utilizada y tampoco es necesario una vajilla, ni un menaje de cocina desechable.
- Mantenga el distanciamiento social. Mantenga al menos 2 metros de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.
- **Manténgase informado y siga las recomendaciones de los profesionales de la salud.** Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación con la COVID-19. Siga los consejos las autoridades sanitarias pertinentes a nivel nacional y local o de su empleador, sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19.
- Para prevenir la COVID-19, lo más seguro es evitar el contacto físico al saludarse. Algunas formas seguras de saludo son un gesto de la mano, una inclinación de la cabeza o una reverencia.
- Tenga a la mano los números telefónicos necesarios, para el reporte de casos sospechosos, y los de la empresa.
- Si hay personas con algún tipo de síntoma (respiratorios o fiebre) quedarse en casa (aislamiento domiciliario), informar a su responsable directo y autoaislarse en su domicilio durante dos semanas o hasta su completa curación.
- Si se tienen dudas, tomarse la temperatura y si esta es superior a 37 °C quedarse en casa, abstenerse de venir al trabajo y seguir siempre las indicaciones de la asistencia sanitaria. Informar a la organización según lo definido en el punto anterior.
- Si actualmente estas en situación de Especial Sensibilidad por embarazo, o por algún tipo de complicación o patología de especial incidencia con el coronavirus contacta con su EPS y sigue las instrucciones.

En caso de presentar algún síntoma diligenciar estas preguntas del Ministerio de Salud copiando el siguiente enlace en el buscador <https://coronaviruscolombia.gov.co/Covid19/auto-diagnostico.html>

De manera general, se solicita a todo el personal de Gensa S.A., mantener alerta en el día a día, y priorizar su estado de salud, informando oportunamente cualquier inconveniente que se presente.



## LÍNEAS PARA EL REPORTE DE CASOS COVID19



- VAUPES : CRUE 301 458 76 39 - 321 394 53 41
- CHOCO: 321 394 52 97
- GUAINIA: (8) 5 65 62 51- 311 742 19 83 - 311 744 70 06
- CAUCA: 301 273 77 87
- BOYACÁ: 311 483 41 04 - 740 74 64
- UNIDAD DE TALENTO HUMANO MANIZALES: 03(6) 8756262
- SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO 03(6) 8756262 Ext.113 O 3183886974



¡Porque la prevención  
está en manos de todos!