





# PLAN DE RETORNO A LA ACTIVIDAD POST COVID-19

Procedimiento Normalizado de Trabajo  
Código: PNT-004  
Autor: Grupo de trabajo desescalada  
Fecha: 08/05/2020  
Informado y aprobado por la Dirección

 <b>IRB Leida</b> <sup>3</sup> <small>Institut de Recerca Biomèdica</small>	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19					Página 1 de 14

## Índice

1. OBJETIVO .....	2
2. ÁMBITO DE APLICACIÓN .....	2
3. RESPONSABILIDADES .....	2
4. REINCORPORACIÓN PROGRESIVA.....	2
4.1 PERSONAS DE RIESGO Y ESPECIALMENTE SENSIBLES .....	3
4.1 FLEXIBILIDAD HORARIA .....	4
5. MEDIDAS Y ACCIONES A REALIZAR .....	4
5.1 MEDIDAS HIGIÉNICAS BÁSICAS .....	4
5.2 MEDIDAS TÉCNICAS. DISTANCIAMIENTO INTERPERSONAL.....	6
5.3 EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL.....	7
6. ESPECIFICIDADES EN LAS ZONAS COMUNES Y LABORATORIOS DE BIOMEDICINA .....	8
6.1 DETALLE DE AFORO, EPI'S Y MEDIDAS ESPECIALES POR ZONAS.....	8
Cámaras frías (planta 1.3.4 Bio I; planta 1.2.3 Bio II) .....	8
Salas de congeladores -80°C y sala de Nitrogeno líquido .....	8
Salas de cultivos .....	9
Sala comuna 4.9 .....	10
Sala comuna 4.3 y 2.7.....	10
Sala comuna 3.5 .....	10
Resto de salas comunas (2.3/1.3/0.3/-1.2/Sala comuna 2 pl. -1/ Almacén 1 y 2 de la pl. -1/ Cocina antigua -1/ .....	10
Sala de limpieza .....	11
Sala de microscopia.....	11
Sala de citometría .....	11
Radioactividad .....	12
Etología.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Ocupación laboratorios .....	12
7. MEDIDAS DE ACTUACIÓN ANTE LA SOSPECHA O ACTIVACIÓN DE UN POSIBLE CASO.....	12
8. PERSONAL QUE REALICE ACTIVIDADES FUERA DEL CENTRO .....	13
9. VIGENCIA Y ACTUALIZACIÓN DEL PLAN .....	14

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 2 de 14

## 1. OBJETIVO

El objetivo de este documento es establecer un Plan de actuación para la reincorporación a la actividad post COVID-19, para definir los elementos esenciales, las pautas a seguir y servir de marco general para garantizar la correcta aplicación de las medidas preventivas necesarias para la vuelta a los puestos de trabajo. Estas medidas estarán siempre dirigidas a la prevención de la infección por COVID-19 y a la respuesta ante la eventual aparición de nuevos casos o contactos con personas contagiadas.

Las indicaciones contenidas en este documento se basarán en criterios técnicos de prevención de riesgos laborales y garantizarán la aplicación de la normativa vigente en cada momento. Todas las medidas de este documento tienen carácter excepcional y temporal.

## 2. ÁMBITO DE APLICACIÓN

Todas las instalaciones del Instituto de Investigación, incluidos los espacios comunes, laboratorios, plataformas, lavabos, pasillos, recepción, comedores... En definitiva, todos los espacios donde se pueda desarrollar cualquier actividad o transitar a las instalaciones del Instituto.

Aplica a todos los trabajadores que bien mantengan contrato laboral o contrato mercantil con el Instituto. También aplica a su personal adscrito, y a las empresas proveedoras.

Este plan de retorno aplica a la Fase 1 de desescalada.

## 3. RESPONSABILIDADES

Las medidas adoptadas por el Instituto han sido consensuadas y acordadas por el grupo de trabajo creado para elaborar el Plan de actuación para la reincorporación a la actividad post COVID-19, integrado por miembros del equipo directivo, del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la UdL, del Comité de Empresa, RRHH del IRBLleida y personal técnico e investigador.


La Dirección del Instituto es la responsable de aprobar y velar por el cumplimiento de esta normativa para asegurar la salud de todo su personal.

Es responsabilidad de los jefes de unidades, IPs, y todos los cargos intermedios, comunicar, hacer entender, y velar por el desempeño de esta normativa del personal que depende de ellos.

Es responsabilidad de los servicios de prevención de riesgos, y los comités de seguridad y salud, comité de empresa y en general de todos los trabajadores el desempeño de esta normativa.

El incumplimiento de las medidas del presente plan puede ser sancionado laboral o administrativamente.

## 4. REINCORPORACIÓN PROGRESIVA

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 3 de 14

La reincorporación del personal al IRBLleida se tiene que producir de manera gradual y progresiva y teniendo en cuenta que el hecho a evitar es que la voluntad y/o necesidad de reactivar la actividad suponga un riesgo de aumento de las infecciones, el cual derivaría en nuevas medidas de contención y en repercusiones económicas todavía más grandes.

**El teletrabajo se mantendrá con carácter preferente**, siempre que sea posible, según determina el Decreto 15/2020 de 22 de abril. Se ha confeccionado un estudio de aforo máximo por zonas de trabajo, para poder mantener la distancia interpersonal de 2 metros.

Serán los jefes de unidades, IPs, y todos los cargos intermedios, los que organicen los turnos de las personas de su equipo que trabajarán presencialmente en el Instituto en función de las características individuales de cada uno de ellos (probabilidad de riesgo, conciliación familiar, transporte). **Cada responsable facilitará el viernes de la semana en curso la previsión de ocupación de laboratorios y espacios para la semana siguiente a la Dirección del IRBLleida mediante un correo electrónico a la dirección [covid19@irblleida.cat](mailto:covid19@irblleida.cat)**. Habrá que utilizar la plantilla habilitada a tal efecto que encontraréis en el anexo 1.

Tened en cuenta al hacer vuestras previsiones las posibles restricciones de acceso en las diferentes salas.

Conciliación: Ante el anuncio del Gobierno de que las escuelas no iniciarán la actividad lectiva ordinaria presencial antes del próximo curso escolar, hay que establecer sistemas flexibles que permitan al personal que tiene cura de hijos/hijas menores de 16 años (o con diversidad funcional sin limitación de edad).

Estas medidas se articulan para permitir conciliación y a petición del trabajador/a. Si implican trabajar fuera del horario habitual o en festivo, no se abonarán las horas como horas extraordinarias.

Todas las medidas tienen que permitir llevar a cabo la actividad del grupo/unidad y se tienen que planificar y acordar con el/la responsable del personal afectado con carácter previo a su implementación. En caso de desacuerdo se posará en conocimiento de RRHH y el comité de empresa.


Estancias formativas: durante esta primera de ocupación del Instituto y dada la suspensión académica los/las estudiantes de máster/grado no podrán entrar en las rotaciones/turnos de los grupos o unidades.

Las prácticas presenciales se podrán retomar cuando las universidades y la dirección del centro lo permitan. Si se reinician las prácticas presenciales, los/las estudiantes tendrán que estar tutelados en todo momento y tendrán que cumplir las medidas presentadas en este plan.

#### 4.1 PERSONAS DE RIESGO Y ESPECIALMENTE SENSIBLES

Los trabajadores que se consideran personalmente sensibles y grupos vulnerables por COVID-19 y que tienen que evitar reincorporarse son:

- Diabéticos
- Enfermedades cardiovasculares, incluyendo hipertensos
- Enfermos pulmonares crónicos
- Inmunodeficiencia

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/Dirección
Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19					Página 4 de 14

- Enfermos oncológicos en fase de tratamiento
- Embarazadas
- Mayores de sesenta años

Cualquier trabajador/a que reúna alguna de las condiciones anteriores tendrá que comunicarlo de forma inmediata a su responsable y a RRHH del IRBLleida para que se puedan adoptar las medidas preventivas necesarias. A tal efecto, se posa a disposición del personal el Anexo 2\_Declaración vulnerabilidad.

Si procede, el servicio sanitario del servicio de Prevención de Riesgos Laborales de cada empleador llevará a cabo una evaluación individualizada del riesgo y de las tareas a realizar por la persona trabajadora, teniendo en cuenta los factores de vulnerabilidad y especial sensibilidad.

Las medidas a aplicar en estos casos se derivarán de las características del trabajo a realizar y de los puestos de trabajo que ocupen este tipo de personas (necesidad de trabajo presencial o no). En cualquier caso, las medidas a aplicar por criterio de recomendación y posibilidades de aplicabilidad son:

- **Teletrabajo completo: De forma prioritaria y cómo medida a aplicar siempre que sea posible.**
- Jornada de presencia mixta: Con reducción de los tiempos presenciales al mínimo posible y el resto del tiempo teletrabajo, si fuera necesaria la presencia al centro en algunos momentos o por algunas tareas.
- Flexibilización del horario de trabajo.
- Facilitar medidas de protección respiratoria (mascarilla FFP2) y guantes de protección a personas vulnerables reconocidas.

#### 4.1 FLEXIBILIDAD HORARIA


Hasta que se pueda llegar a una situación de normalidad, **es necesario mantener, siempre que se pueda, el teletrabajo** y adoptar medidas de flexibilidad horaria, las cuales tendrán que ser acordadas entre cada trabajador con su jefe inmediato superior:

- Horas de entrada y salida flexibles para evitar aglomeraciones en horas punta.
- Intentar hacer compactación de jornada (**turno por la mañana de 07.00 a 14.00 horas o por la tarde de 14.00 a 21.00 horas**).
- Establecer jornadas reducidas de actividad presencial combinadas con teletrabajo.


## 5. MEDIDAS Y ACCIONES A REALIZAR

### 5.1 MEDIDAS HIGIÉNICAS BÁSICAS

Tienen como finalidad prevenir el potencial riesgo de contaminación o contagio propio o ajeno, en el ámbito del trabajo.

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19					Página 5 de 14

- **La higiene de manos es la principal medida de prevención y control de la infección. Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente y especialmente al inicio y en acabar la actividad en zonas comunes.**
- Adoptar medidas de higiene respiratoria:
  - Al toser o estornudar, taparse la boca y nariz con un pañuelo y tirarlo al cubo de la basura. Si no se dispone de pañuelos, utilizar la parte interna del codo para no contaminar las manos.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz, la boca o heridas.
  - Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, nariz u ojos, lavarse las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante, como mínimo, 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilizar una solución hidroalcohólica.
- Utilizar mascarilla cuando se trabaje con otras personas en el mismo espacio y en los desplazamientos por el centro.
- Es fundamental intensificar la limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo y realizar una correcta limpieza de superficies y espacios. Estos virus se inactivan después de unos minutos en contacto con desinfectantes comunes, utilizando siempre una dilución preparada al momento o que se conserve en un recipiente muy cerrado entre uso y uso.
  - La lejía se recomienda para todas aquellas zonas como sanitarios, grifos, lavabos, radiadores y superficies de contacto.
  - La solución de lejía se prepara de la siguiente forma: con 20 mililitros de lejía en una botella de un litro y llenar con agua del grifo hasta completar. Cerrar y agitar varias veces. Mojar la bayeta en esta disolución para limpiar y desinfectar las superficies. Limpiar la bayeta con agua del grifo después de cada uso y volverla a impregnar con la solución de lejía.
  - En los laboratorios podéis continuar limpiando las superficies con papel desechable y etanol.
  - En especial tienen que desinfectarse con más frecuencia los elementos que tienen que ser tocados por diferentes personas: manecillas de puertas, botones de los ascensores, interruptores de luz, pantallas táctiles de uso no individual, baños, herramientas o máquinas de uso colectivo... Independientemente, se reforzará la instrucción del lavado de manos después de tocar estas superficies de uso multitudinario.
  - Si se dispone de ventanas con posibilidad de apertura, mantener una ventilación y renovación de aire periódica y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de más de quince minutos y mantener las puertas de los espacios de trabajo abiertas para favorecer la circulación del aire.
  - Si no se dispone de ventilación natural, se ajustarán los sistemas de climatización para aumentar el número de renovaciones por hora o el porcentaje de aire limpio exterior para evitar en lo posible la recirculación del aire. Se recomienda mantener la temperatura del centro entre 23 y 26 °C.
  - Es necesario limpiar el área de trabajo utilizada por uno/a trabajador/a en cada cambio de turno. Hace falta que todo el personal tenga su espacio de trabajo despejado para facilitar la limpieza.
  - Todas las tareas tienen que realizarse con mascarilla y guantes adecuados. Después de quitarse los guantes y la mascarilla realizar una completa higiene de manos, con agua y jabón.
  - Las batas y uniformas de trabajo se trasladarán hasta el punto de recogida habitual. El régimen de repuesto de las batas y uniformes es el que se detalla a continuación:
    - Personal no COVID19: el mismo que el previo a la pandemia.
    - Personal COVID19: cambio diario.

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 6 de 14


- La gestión de residuos ordinarios se continuará haciendo de la forma habitual, respetando el protocolo de separación de residuos.
  - Todo el material de higiene personal – mascarillas, guantes, etc.- tienen que depositarse en la fracción resta (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtienen una vez efectuadas las recogidas separadas).
  - En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, se tendrá que aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos. Esta bolsa de basura se tendrá que sacar y colocar en una segunda bolsa de basura, cerrada, para su depósito a la fracción resta.
- Evitar compartir herramientas de oficina y ordenadores. Si se tiene que utilizar un ordenador común, habrá que hacerlo con guantes, o bien lavarse las manos antes y después de utilizarlo, así como desinfectarlo antes de usarlo.
  - Minimizar el uso de las impresoras multifunción. Es aconsejable acumular todo el que se tenga que imprimir o fotocopiar para utilizar las máquinas las mínimas veces posibles. Hay que lavarse las manos antes y después de usarlas.
  - Los paquetes que lleguen se tienen que desinfectar externamente con etanol o bien tratar como contaminados con las correspondientes medidas de protección.
  - En cuanto al movimiento de muestras (especialmente las muestras COVID), se tiene que garantizar que vienen en recipientes no porosos y estancos siguiendo la normativa UN3373 (transporte de muestras biológicas humanas) con el triple embalaje. Desinfectar el contenedor secundario dentro de la cabina de bioseguridad con etanol 70%.
  - Utilizar de manera adecuada los Equipos de Protección Individual.

## 5.2 MEDIDAS TÉCNICAS. DISTANCIAMIENTO INTERPERSONAL

Con el fin de reducir el riesgo de exposición al nivel más bajo posible, tiene que procurarse el NO hacinamiento de las personas y el mantenimiento de las distancias interpersonales de seguridad.

- **La entrada en el edificio se realizará uno por uno, siendo obligatorio pasar la tarjeta de acceso por el lector de forma individual.** Se utilizarán y respetarán las marcas habilitadas en el suelo para respetar la distancia de seguridad durante el acceso en el centro si vuestra entrada coincide con la de otros trabajadores/trabajadoras.
- Mantener una distanciación social de 2 metros y reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo. Evitar el contacto físico en los saludos (apretones de manos de manso, besos...).
- En caso de cruzamientos inevitables por espacios estrechos (pasillos, por ejemplo) sin utilizar protección respiratoria, se realizarán en el menor tiempo posible, sin parar, y girando la cara hacia el sentido contrario de donde se encuentre la otra persona.
- Como norma general, las tareas que no puedan hacerse conservando 2 metros de separación, o alternativa de barrera física, tienen que hacerse con EPI's adecuados o suspenderse.
- Os informamos que por cuestiones de seguridad las fuentes de agua estarán clausuradas. Si tenéis que hacer trabajo presencial en el Instituto, os recomendamos lleváis agua para el uso individual.



	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/Dirección
Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19					Página 7 de 14


- Las zonas de paso como pasillos, halls, escaleras no podrán ser zonas de reunión y se evitarán los encuentros y/o reuniones en estas áreas.
- También por cuestiones de seguridad, las máquinas de vending (café/alimentos) estarán clausuradas.
- Aforo limitado en los ascensores (1 persona). Hay que evitarlos y priorizar su utilización para personas con discapacidad. En el edificio de biomedicina 1 se habilitarán unas escaleras de subida y unas de bajada. En el edificio de Biomedicina II, tanto por el número de personal trabajando, como por la estructura de la escalera, no será necesario.
- Evitar las reuniones presenciales. Se aconseja realizarlas a través de medios telemáticos. En caso de que se tengan que llevar a cabo, habrá que garantizar la distancia interpersonal de 2 metros. Las salas de reuniones comunes permanecerán cerradas.
- Solo se podrá acceder al lavabo uno por uno, aunque este sea multiservicio. Se procurará evitar el uso “de secadores de manos”.
- Los trabajadores con sintomatología similar a resfriados o de vías respiratorias no podrán venir a trabajar a las instalaciones.

### 5.3 EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

El IRB Lleida proporcionará EPI's, especialmente mascarillas quirúrgicas, mascarillas FFP2 (si procede) y guantes de protección ante agentes biológicos.

- **Se entregarán en la entrada/recepción del Instituto, de lunes a viernes, de 07.00 a 17.00 horas. Si excepcionalmente alguien tiene que venir en el instituto fuera de este horario, tendrá que enviar un correo a la dirección covid19@irbllleida.cat.**
- Al hacer la recogida, hay que respetar la distancia de seguridad señalizada al suelo.
- Es obligatorio utilizar el gel desinfectado, que estará a vuestra disposición en recepción, antes de recoger los EPI's.
- Los guantes solo serán obligatorios por aquel personal que está atendiendo al público y personal de laboratorio.
- Las batas solo serán obligatorias por el personal de laboratorio.
- Las mascarillas serán utilizadas durante toda la jornada laboral y durante los desplazamientos casa/trabajo y viceversa. **La mascarilla quirúrgica tiene como rol fundamental proteger a los que nos rodean por eso lo tenemos que llevarla.** Será preceptivo cambiarlas anticipadamente si se compromete su integridad. A tal efecto, habrá que dirigirse a la recepción del Instituto en el horario indicado anteriormente.
- Después de posarse la mascarilla es obligatorio lavarse las manos con agua y jabón o con hielos hidroalcohólicos.
- La forma óptima de prevenir la transmisión es utilizar una combinación de todas las medidas preventivas, no solo EPI.
- En cuanto a la utilización de guantes, ATENCIÓN a la falsa sensación de seguridad que pueden provocar si no se utilizan adecuadamente.
- Durante los desplazamientos en el centro de trabajo, sobre todo si no podemos respetar las distancias de seguridad en transporte público, tienen que utilizarse mascarillas.
- Se dispondrá de gel hidroalcohólico en la entrada principal del edificio porque todo el mundo lo utilice obligatoriamente al acceder. También tiene que estar a disposición del personal cerca de los puestos



	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 8 de 14

de trabajo para garantizar una higiene adicional en el lavado de manos en caso de no poder garantizar la frecuencia de lavado recomendada o después del contacto con objetos o superficies sin garantías de desinfección.

## 6. ESPECIFICIDADES EN LAS ZONAS COMUNES Y LABORATORIOS DE BIOMEDICINA

Se tendrán que utilizar, como mínimo, los siguientes EPI's en zonas de bajo riesgo, como laboratorios y zonas comunes.

- Bata de laboratorio (o pijama)
- Mascarilla quirúrgica
- Guantes

Se hace incidencia en la higiene de manos de manera periódica y entre los cambios de guantes que puedan surgir. Los guantes se tienen que cambiar o desinfectar cada vez que se cambie de zona de trabajo.

Las superficies de contacto comunes (aparatos, poyata...) se tendrán que tocar con guantes limpios o estos se podrán desinfectar con etanol al 70% o solución hidroalcohólica siempre que se garantice su resistencia al reactivo, es decir, sean de categoría de nivel  $\geq 1$  y en los de categoría 1 se usen para un periodo inferior a 30'. Si no hay, se recomienda el uso de doble guante.

Se tiene que incrementar la frecuencia de la desinfección de las superficies y aparatos comunes.

Los EPI's desechable se tendrán que tirar en los contenedores de riesgo biológico.


### 6.1 DETALLE DE AFORO, EPI'S Y MEDIDAS ESPECIALES POR ZONAS

#### Cámaras frías (planta 1.3.4 Bio I; planta 1.2.3 Bio II)

Aforo	1
EPI's especiales	No
Medidas especiales	Limpieza de la zona de trabajo: al iniciar y finalizar el trabajo limpiar la zona con etanol al 70%.

#### Salas de congeladores -80°C y sala de Nitrógeno líquido

Aforo	1
EPI's especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guantes termo-resistentes. Cada grupo dispone de sus propios guantes. Se recomienda limpiarlos una vez a la semana y se utilizarán siempre con unos guantes desinfectados en su interior, para proteger a su usuario inmediato y futuro.</li> </ul>

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 9 de 14

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Si los guantes termo-resistentes llegan a media manga se recomienda el uso de bata de manga larga o “manguitos” desechables.</li> <li>En el caso del tanque general de Nitrógeno líquido también es necesario el uso de pantalla facial facilitada a la sala. Esta se tendrá que descontaminar con lejía diluida.</li> </ul>
Medidas especiales	No

## Salas de cultivos

Dadas las restricciones de aforo en las salas de cultivos celulares y para facilitar la planificación semanal se ha implementado una herramienta digital de reserva. Podéis acceder a través de [https://www.supersaas.es/schedule/SCT\\_CC/Campanes\\_flux\\_laminar](https://www.supersaas.es/schedule/SCT_CC/Campanes_flux_laminar)


### Salas de cultivos excepto sala 3.16

Aforo	2 por sala
EPI's especiales	Bata exclusiva para la sala. Antes de empezar a trabajar: lavado correcto de manos. Uso de doble guante a la BiOIA. Cambio de guante o doble guante al resto de campanas.
Medidas especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Limpieza de la zona de trabajo y de la superficie de los equipos utilizados con mezcla de 56% etanol-12%*isopropanol presente en las salas, incluyendo los oculares de los microscopios y lupas.</li> <li>Acceso restringido a los usuarios del servicio de cultivos.</li> <li>El trabajo con líneas humanas queda prohibido a los usuarios de cultivos que presenten síntomas de resfriado.</li> </ul>

### Sala de cultivos 3.16

Esta sala funcionará durante la Fase 1 como el resto de sala de cultivos. A partir de la Fase 2 contactar con la coordinadora del servicio.

Aforo	2
EPI's especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bata de manga larga exclusiva por la sala, bata impermeable, gafas o protector facial, mascarilla FFP2, peúcos y gorra. La bata de algodón se tiene que limpiar diariamente.</li> <li>Las gafas o protector facial se reutilizarán limpiándolas con agua y jabón antes de salir de la sala.</li> <li>Los EPIs desechables se tendrán que tirar en los contenedores de riesgo biológico los cuales se tratarán como residuo biológico de clase III.</li> </ul>
Medidas especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acceso restringido a los usuarios de cultivos</li> <li>Limpieza de la zona de trabajo y de la superficie de los equipos utilizados con mezcla de 80%etanol-12%isopropanol presente en las salas, lejía diluida y/o Actril.</li> </ul>

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 10 de 14

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de abandonar la sala se realizará una limpieza exhaustiva de las manos.</li> <li>• El trabajo con líneas o muestras humanas queda prohibido a los usuarios de cultivos que presenten síntomas de resfriado.</li> </ul>
--	---

### Sala comuna 4.9

Aforo	2
EPI's especiales	No
Medidas especiales	Limpieza de la zona de trabajo: al iniciar y finalizar el trabajo limpiar la zona con etanol al 70%.

### Sala comuna 4.3 y 2.7


Aforo	1 por sala
EPI's especiales	No
Medidas especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpieza de la zona de trabajo: al iniciar y finalizar el trabajo limpiar la zona con etanol al 70%.</li> <li>• El transiluminador con tapa de metacrilato se tiene que limpiar con agua y jabón o con hipoclorito sódico diluido para evitar su desperfecto.</li> </ul>

### Sala comuna 3.5

Aforo	1
EPI's especiales	Zona Bromuro de Etidi Mascarilla facial en caso de recuperación de banda: Se recomienda hacer este procedimiento en la sala 4.3 donde se dispone de un aparato de recuperación de banda con tapa de metacrilato evitando el uso de la mascarilla facial. En caso de quererla usar, se tendrá que limpiar con agua y jabón o hipoclorito sódico diluido antes y después de su uso.
Medidas especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descontaminar con etanol no es adecuado puesto que malograría el metacrilato.</li> <li>• Limpieza de la zona de trabajo: al iniciar y finalizar el trabajo limpiar la zona con etanol al 70%.</li> </ul>

### Resto de salas comunes (2.3/1.3/0.3/-1.2/Sala comuna 2 pl. -1/ Almacén 1 y 2 de la pl. -1/ Cocina antigua -1/

Aforo	1
EPI's especiales	No

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 11 de 14

Medidas especiales	Limpieza de la zona de trabajo: al iniciar y finalizar el trabajo limpiar la zona con etanol al 70%.
--------------------	--

### Sala de limpieza


Aforo	3
EPI's especiales	No
Medidas especiales	Limpieza de la zona de trabajo: al iniciar y finalizar el trabajo limpiar la zona con etanol al 70%.

### Sala de microscopia

Aforo	3 máximo, solo si se trata de un microscopio de cada línea de poyatas. Por ejemplo, podría haber una persona en el confocal Olympus FV1000, una en el FV10i y una en el microscopio de epifluorescencia. Pero por ejemplo, no podría haber dos personas trabajando una al FV1000 y la otra al FV500.
EPI's especiales	Bata, mascarilla quirúrgica y guantes
Medidas especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Limpieza de la zona de trabajo: Cuando se acabe de trabajar, se tendrán que eliminar el papel de film que habrá sobre el ratón, el teclado, y los oculares del microscopio. Después habrá que limpiar las superficies con etanol 70%.</li> <li>Una vez limpiada la zona de trabajo, eliminar los guantes y dejar libre la sala.</li> </ul>

### Sala de citometría

Aforo	2 máximo (un usuario y el técnico/a)
EPI's especiales	<p>Dependerán del tipo de muestra con la que se trabaje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Por norma general, en muestras no humanas o en líneas celulares humanas comerciales, solo hará falta bata, mascarilla quirúrgica y guantes.</li> <li>En muestras humanas, solo se aceptarán muestras fijadas. Se trabajará en condiciones BSL-2.</li> <li>En muestras humanas frescas, dado que no podemos garantizar que sean COVID-19 negativas al 100% con las técnicas que hay hoy en día (test PCR o serológicos), no se aceptarán para pasar por el citometro analizador si no se han fijado previamente. Los métodos de fijación válidos para la inactivación de COVID-19 no se conocen bastante, pero mínimo tendría que ser una fijación con 1% PFA durando mínimo 15-30 minutos. Los EPIs a utilizar serán también de condiciones BSL-2.</li> </ul>
Medidas especiales	Limpieza de la zona de trabajo: Habrá que limpiar las superficies con etanol 70% así como cambiar el papel de film del ratón y del teclado. Una vez limpiada la zona de trabajo, eliminar los guantes y dejar libre la sala.

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 12 de 14

## Radioactividad

Aforo	2
EPI's especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Batas de laboratorio que se quedan en la sala. Sólo pueden salir para limpiarse con el permiso de la supervisora (previa comprobación de que no hay contaminación radiactiva).</li> <li>Guantes que se tirarán en el contenedor indicado.</li> </ul>
Medidas especiales	Limpieza de la zona de trabajo: Al empezar y al finalizar. <ul style="list-style-type: none"> <li>Si no hay contaminación radiactiva, etanol 70%.</li> <li>Si hay contaminación (detectable con Geiger, descontaminación con líquido especial y eliminación del papel usado en el contenedor indicado, tal y como se indica en las instrucciones disponibles en la sala).</li> </ul>

## Etología

**El laboratorio de etología está fuera de uso, excepto para tareas de mantenimiento.**

Aforo	1
EPI's especiales	No
Medidas especiales	Limpieza de la zona de trabajo: al iniciar y finalizar el trabajo limpiar la zona con etanol al 70%.

## Ocupación laboratorios


El n.º personas permitidas por laboratorio y el uso de\*EPIS diferentes a los ya descritos anteriormente quedan descritos en el ANEXO 1.

**Se han colocado carteles en todos los espacios descritos donde se indica el aforo, los EPIS requeridos para el acceso y medidas especiales que hay que adoptar.**

## 7. MEDIDAS DE ACTUACIÓN ANTE LA SOSPECHA O ACTIVACIÓN DE UN POSIBLE CASO

En la situación actual se seguirán dando nuevos casos probables de COVID-19, de manera que tendremos que seguir aplicando una serie de medidas, además de las indicadas con anterioridad.


Cada trabajador tiene que observar su propio estado de salud ante la posible aparición de alguno de los siguientes síntomas: fiebre, tos, sensación de fiebre alta, dificultad respiratoria, sensación de falta de aire, malestar general, dolor generalizado en los huesos y la musculatura, mucosidad, náuseas, vómitos, diarrea o anosmia. En caso de que presente algún de estos síntomas, se debe comunicar al inmediato superior y si es posible no acudir al trabajo.

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 13 de 14

Si el/la trabajador/a se encuentra en el centro de trabajo cuando aparecen los síntomas, las medidas a aplicar serán las siguientes:

- Aislamiento:
  - A la persona afectada se le pondrá una mascarilla quirúrgica y se lo aislará, separada de las otras personas por una distancia mínima de 2 metros.
  - El acompañante de la persona con síntomas también tendrá que utilizar una mascarilla quirúrgica.
- Medidas de actuación, evacuación y aislamiento:
  - Una vez adoptadas las medidas anteriores se procederá a contactar con la autoridad sanitaria a través del 061.
- Medidas de limpieza:
  - Una vez evacuada la persona sospechosa de estar infectada, se procederá a la limpieza de la zona de trabajo en la que estuviera trabajando, especialmente las superficies de trabajo y las herramientas, utensilios o dispositivos con que estuviera trabajando en aquel momento. Esta limpieza se realizará con una solución de agua con lejía o trapos de limpieza con solución hidroalcohólica según los casos y tipos de dispositivo.
- Identificación de contactos.
  - Por “contacto estrecho” de casos posibles, probables o confirmados se entiende cualquier persona que haya proporcionado curas mientras el caso presentaba síntomas o convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.
  - El servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales, si procede, será el encargado de establecer los mecanismos por la investigación y seguimiento de los contactos estrechos en el ámbito de sus competencias, de forma coordinada con las autoridades de salud pública.
  - Una vez informado, tendrá que recoger información sobre qué personas han podido estar en contacto con la persona que ha presentado síntomas y notificarlo a la autoridad sanitaria.
  - Tratamiento de los contactos:
    - Contacto casual con un caso posible, probable o confirmado de COVID-19. Continuará con la actividad laboral normal y se realizará vigilancia pasiva de aparición de síntomas.
    - Contacto estrecho con un caso posible, probable o confirmado de COVID-19. Se retirará a la persona trabajadora de la actividad laboral y realizará cuarentena domiciliaria durante 14 días con vigilancia activa de los síntomas.
- Medidas de seguimiento y control:
  - La autoridad sanitaria, una vez analizada la información sobre la incidencia, determinará las medidas de actuación en cada caso, siendo la primera de ellas una medida de aislamiento que, según las características de la situación, se acompañará o no otras acciones específicas que determinarán.

## 8. PERSONAL QUE REALICE ACTIVIDADES FUERA DEL CENTRO

	Documentación interna	Código	Fecha	Rev.	Aprobado por
	Plan de retorno	PNT-004	08/05/2020	01	Grupo de trabajo desescalada/ Dirección
	Creación Plan de retorno a la actividad Post COVID-19				Página 14 de 14

Antes de desplazarse a los lugares fuera del centro donde se realicen trabajos, tendrá que asegurarse que el trabajo se puede realizar manteniendo las condiciones de alejamiento e higiene de manos descritas y que, durante y al acabar el trabajo, los/las trabajadores/as pueden lavarse las manos las veces que sea necesario.

Tendrán que solicitar al titular del centro de trabajo las normas existentes en el mencionado centro para el control de la infección, y proporcionar las que vayan a aplicar el personal de la empresa que se desplaza.

Si en alguna ocasión no se dispone en el centro de trabajo de la posibilidad de lavarse y es absolutamente imprescindible mantener los trabajos, antes de la visita se tendrá que aplicar hielo hidroalcohólico y utilizar guantes.

## 9. VIGENCIA Y ACTUALIZACIÓN DEL PLAN

El contenido de este documento estará condicionado por las pautas y ritmos que indiquen las autoridades y se encuentra en continua revisión.