

Clínica de Seguridad y Salud Ocupacional

ACTIVIDADES REALIZADAS

Agosto 2020

I .Continuamos con las actividades de Promoción y Prevención:

- ✓ Inmunizaciones
- ✓ Toma de presión Arterial
- ✓ Toma de Glicemia Capilar
- ✓ Peso y Talla
- ✓ IMC
- ✓ Prueba de PPD y posteriormente su lectura
- ✓ Medición de Temperatura corporal, a los trabajadores y visitantes a la Institución
- ✓ II.Capacitaciones a los trabajadores en el ámbito de higiene ante el COVID -19, Rondas del uso correcto de la mascarillas en los puestos de trabajo

III.Evaluaciones Pre-laboral

IV.Atención médica; Enfermedad común y seguimiento de los casos de Salud Ocupacional

V. Evaluaciones a los colaboradores, siguiendo, la alerta emitida por la Organización Mundial de la Salud con Referencia a la aparición de un nuevo coronavirus, como un Evento de Salud Pública, cumpliendo con la Normas y Guías Epidemiológicas y de la atención para la salud individual de los trabajadores de la institución

V1., Prueba rápida de antígeno SARS- COV-2

V11 Toma de Hisopados

V111. Anotaciones

REUNIONES / CONFERENCIAS /REGISTRO	TOTAL
Conferencia vía ZOM	1
Reuniones del Comité Especial de Salud e Higiene para la prevención y atención COVID-19	3
Monitoreo diario de los casos de COVID-19 a través del mural informativo	21
Reuniones de Salud Ocupacional Minsa Enfermera	5
Planificación de Actividades	3
Registro De Accidente Laboral	2
Docencias, sobre los Lineamientos COVID-19	5

RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID-19

AFICHE

IGORGAS | INSTITUTO CONMEMORATIVO GORGAS DE ESTUDIOS DE LA SALUD (1928)

COMITÉ ESPECIAL DE SALUD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID-19

¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

¿Cómo se propaga?

El virus que causa la COVID-19 se transmite principalmente a través de las gotitas generadas cuando una persona infectada tose, estornuda o espira. Estas gotitas son transmitidas pasivas para permanecer suspendidas en el aire y caer rápidamente sobre el suelo o las superficies. Usted puede infectarse al inhalar el virus si está cerca de una persona con COVID-19 o al tocar una superficie contaminada, se toca los ojos, la nariz o la boca.

Los síntomas son los siguientes:

- Fiebre
- Tos seca
- Cansancio
- Fatiga, congestión nasal
- Molestias generales
- Dolor corporal
- Falor de garganta
- Diarrea
- Coronafarisa
- Dolor de cabeza
- Pérdida del sentido del olfato o del gusto
- Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies

Medidas preventivas en la Institución

- Lávase las manos con frecuencia. Use agua y jabón o un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Manténgase a 2 metros de distancia, asegure en su puesto de trabajo y de cualquier persona que tose o estornuda.
- Es obligatorio la toma de la temperatura (el termómetro es específico para medir en la frente de las personas), al entrar al liceo.
- Es obligatorio el uso de la mascarilla.
- No se toque los ojos, la nariz o la boca.
- Québrase en casa si se siente mal.
- No compartir útiles de cocina, utensilios de cocina (vaso, cuchara etc.) ni comida del mismo plato.
- Ventilar el área, abriendo las puertas o ventanas por un período mínimo de 15 minutos.
- Seguir las recomendaciones del máximo de personas permitidas en el comedor (mantener los 2 metros de distancia, no estar conversando y al finalizar de almorzar ceder el espacio para que sea utilizado por otra persona); en lo posible solo utilizar el comedor para reforzar y evitar conversaciones.

COVID-19: SÍNTOMAS ACTUALIZADOS

Síntomas más habituales: Fiebre, Tos seca, Cansancio.

Otros síntomas menos comunes: Fatiga, congestión nasal, Molestias generales, Dolor corporal, Falor de garganta, Diarrea, Coronafarisa, Dolor de cabeza, Pérdida del sentido del olfato o del gusto, Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies.

IGORGAS | INSTITUTO CONMEMORATIVO GORGAS DE ESTUDIOS DE LA SALUD (1928)

COMITÉ ESPECIAL DE SALUD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID-19

Recomendaciones para el cuidado y organización del hogar:

- Quítarse los calzados al llegar a la casa y lavarse las manos con agua y jabón durante 30 segundos hasta el antebrazo; y según las indicaciones antes de entrar en contacto con los miembros de la familia que conviven en el hogar.
- Es importante cambiarse la ropa con la que se estuvo en la calle. Esto es especialmente importante cuando cuidamos de una persona enferma. Colocar la ropa inmediatamente en agua y jabón.
- El lavado de las prendas debe hacerse con detergente de uso doméstico, a mano o en lavadora, sin recular con ropas de otros miembros de la familia.
- El lavado de productos comerciales envasados, incluidos leches, frascos, chandelitos, tetro pack y pules se hace con agua y jabón.
- El lavado de las frutas y verduras se hace con abundante agua y jabón.
- Evitar apoyar las bolsas de las compras y otros objetos en las superficies de uso diario. Para la desinfección de las superficies de uso diario, pisos, paredes, muebles, celular, y otros elementos se debe usar una solución desinfectante.
- Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica. Llame con anticipación.
- Evitar las visitas innecesarias a los centros de atención médica.
- Evitar visitas a familiares y amigos.
- No hacer reuniones ni fiestas donde haya aglomeración de personas.

Cuidado personal:

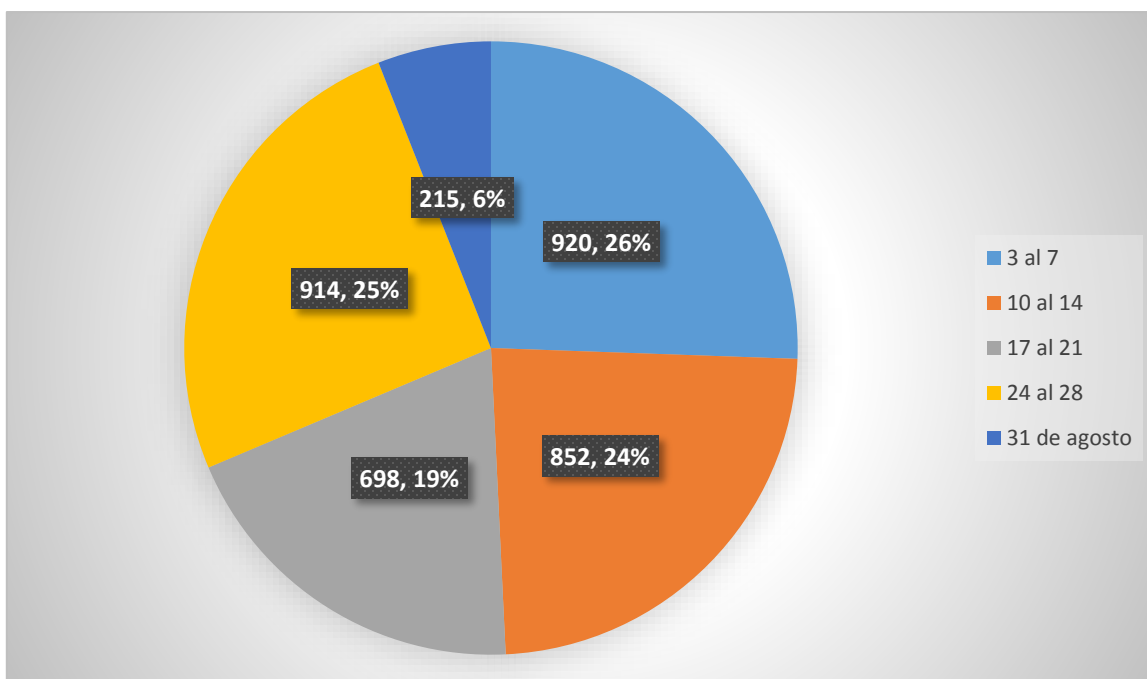
- Si se siente enfermo debe descansar, beber mucho líquido y comer alimentos nutritivos. Permanezca en una habitación separada de los demás miembros de la familia y utilice un baño exclusivamente para usted si es posible, si no hay más de un baño limpiar con solución desinfectante. Limpia y desinfecta frecuentemente las superficies que toque.
- Todos los pacientes deben mantener un estilo de vida saludable en casa. Lleve una dieta saludable, manténgase activo y establezca contacto social con los seres queridos a través del teléfono o internet. Los niños necesitan que los padres les den apoyo y atención de los adultos durante los momentos difíciles.
- Mantenga rutinas y horarios regulares en la medida de lo posible.
- Es normal sentirse triste, estresado o confundido durante una crisis. Hablar con personas en las que confía, como amigos y familiares, le puede ayudar. Si se siente

abrumado, hable con un trabajador de la salud o un consejero.
Revíese hacer sus pausas activas.

Quédate en casa si tienes algún familiar enfermo con COVID-19 y notifique a su Jefe inmediato y a OIRH "Se debe tener en cuenta que el pánico disminuye si nos mantenemos informados y creamos un criterio de congruencia para mantener una buena salud mental". Todos estamos expuestos y debemos recibir a nuestros compañeros con una bienvenida ya que son sobrevivientes a este enfermedad".

MONITOREO

**TEMPERATURA CORPORAL A LOS COLABORADORES ICGES
HORARIO 6:00 AM 8:00 AM
AGOSTO 2020**



Fuente Enfermera Ana María Gudiño, Total 3,576

Semana	%
3 al 7	26 %
10 al 14	24 %
17 al 21	19 %
24 al 28	25 %
31	6 %
Total	100%