

El Consejo Coordinador Empresarial está en constante monitoreo de la situación nacional e internacional por la pandemia de COVID-19, así como en contacto con las autoridades nacionales para atender las recomendaciones actualizadas.

Independientemente de los protocolos que cada empresa aplique, hemos recopilado algunas de las buenas prácticas de prevención a manera de sugerencia.<sup>1</sup>

## 1. Suspensión de eventos, conferencias, foros y capacitaciones

En seguimiento a las recomendaciones de la Secretaría de Salud, se recomienda suspender, reprogramar o hacer vía remota toda actividad no esencial que implique contacto de muchas personas, incluyendo eventos masivos, conferencias, foros, capacitaciones, cursos, etc.

## 2. Recomendaciones sobre reuniones cotidianas

- Reagendar las reuniones no prioritarias. Realizarlas vía conferencia telefónica o de manera virtual cuando se pueda.
- Evitar asistir a reuniones, foros, capacitaciones externas de más de 20 personas.
- No saludar de mano ni beso.
- No compartir alimentos ni utensilios.

## 3. Recomendaciones de prevención para colaboradores y visitantes.

Prevenir es nuestra mejor herramienta para evitar enfermarnos y contagiar a otras personas. Invitar a sus colaboradores y visitantes a cumplir con las siguientes recomendaciones.

- **Lavarse las manos** frecuentemente **con agua y jabón** por al menos 20 segundos, o utilizar soluciones a base de alcohol gel al 70%. **Colocar botes de alcohol en lugares accesibles del edificio.**
- **Al toser o estornudar**, utilizar el estornudo de etiqueta, **que consiste en cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.** No escupir.
- **En caso de utilizar** un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; después lavarse las manos.
- **Evitar tocarse la cara con las manos**, sobre todo nariz, boca y ojos.
- **Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común** en cada escritorio o lugar de trabajo (teléfono, teclado, mouse, escritorio, manijas de puertas). Además de la limpieza

---

<sup>1</sup> Fuentes: Secretaría de Salud de México; "Guidance on Preparing Workplaces for COVID-19", U.S. Department of Labor, Occupational Safety and Health Administration; Interim Guidance for Businesses and Employers. Center for disease Control and Prevention, Estados Unidos.

diaria por el personal dedicado a ello, se les solicita mantener la higiene por parte de cada colaborador.

- **Mantener una distancia de 1 metro** con cualquier persona que tosa o estornude
- **No compartir** teléfonos ni herramientas de trabajo; evitar usar escritorio u oficinas de otros compañeros.
- **Lavar vasos, platos y utensilios** que se utilicen; no dejarlos acumular. Tirar apropiadamente servilletas y desechables.
- **Quedarse en casa si se presenta alguno de los síntomas** (fiebre mayor a 38° C; tos seca; cansancio general), y permanecer **por al menos 14 días**. Avisar inmediatamente al área de Recursos Humanos. Acudir al médico si se agravan los síntomas.

#### 4. Fortalecimiento de las tareas de higiene y prevención en las instalaciones.

- Con el fin de fortalecer la higiene en los edificios, disponer de medidas de limpieza frecuente en las superficies más tocadas, como escritorios, mesas, sillas, manijas de puertas y baños.
- Colocar alcohol en gel en la recepción, en cada piso y en las salas de juntas.
- Colocar pañuelos desechables y toallitas desinfectantes en zonas accesibles de cada piso, para que los colaboradores puedan mantener la higiene inmediata de sus espacios de trabajo o limpiarlos antes de utilizarlos.
- Colocar carteles de prevención en áreas comunes y baños.

#### 5. Cancelación de viajes al extranjero.

- Se recomienda cancelar todos los viajes institucionales al extranjero.
- En caso de haber viajado en los últimos 15 días a uno de los países afectados, por favor tener en cuenta las siguientes recomendaciones:
  - Si viajaste a algún país con transmisión local de COVID-19<sup>2</sup> y a tu regreso a México presentas signos y síntomas de enfermedad respiratoria (fiebre, tos, estornudos, malestar general, dolor de cabeza, dificultad para respirar), solicita atención médica inmediata e indica tu antecedente de viaje. **Avisa inmediatamente a la Dirección de Administración y no acudas a trabajar. Inicia aislamiento en tu domicilio.**
  - Vigila tu salud hasta **dos semanas** después de haber estado en algún país con transmisión local de COVID-19

#### 6. Qué hacer en caso de síntomas.

<sup>2</sup> China, Corea, Japón, Europa, Estados Unidos.

- Recomiende a los colaboradores que tienen síntomas de enfermedad respiratoria aguda que se queden en casa y no vengán a trabajar por al menos 14 días.
- Asegúrese de que sus políticas de licencia por enfermedad sean flexibles y consistentes con las recomendaciones de salud pública y que los empleados conozcan estas políticas.
- Hable con las compañías que le brindan a su empresa empleados subcontratados o temporales sobre la importancia de que los empleados enfermos se queden en casa y aliéntelos a desarrollar políticas de licencia no punitivas.
- No solicitar comprobante oficial de enfermedad a los empleados que presenten enfermedades respiratorias agudas para validar su condición o para su regreso al trabajo, ya que las instituciones de salud pueden estar saturadas y no ser capaces de emitir los justificantes de manera expedita.
- Los empleadores deben mantener políticas flexibles que permitan a los colaboradores quedarse en casa para cuidar a un familiar enfermo. Los empleadores deben ser conscientes de que es posible que más empleados de lo habitual deban quedarse en casa para cuidar a los niños enfermos u otros familiares enfermos.

Los principales síntomas son:

- Fiebre
- Tos, estornudos
- Malestar general
- Dolor de cabeza
- Dificultad para respirar

En caso de presentar síntomas, permanecer en casa por al menos 14 días y seguir las siguientes recomendaciones:

- No automedicarse
- Seguir las indicaciones del médico
- Mantener reposo en casa; acudir al médico si los síntomas se agravan o si perteneces a uno de los grupos de riesgo.
- No saludar de mano, beso o abrazo
- Lavarse las manos frecuentemente o desinfectarlas con gel con base de alcohol al 70%
- Consumir diariamente verduras y frutas y, por lo menos ocho vasos de agua simple
- Lavar con agua, jabón y cloro los platos, vasos y cubiertos que utilice.
- Aislarse en lo posible de otros miembros de la familia; tratar de evitar compartir baños y cocina.

## 7. Separar a los empleados enfermos

Se recomienda que los colaboradores que parecen tener síntomas agudos de enfermedad respiratoria (es decir, tos, falta de aire, fiebre) al llegar al trabajo o que se enfermen durante el día, sean separados de otros empleados y enviados a casa de inmediato. Los colaboradores enfermos deben cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar (o con la parte interna del codo si no hay pañuelo disponible).

## 8. Trabajo flexible y a distancia

En todos los casos en los que sea posible, se recomienda establecer esquemas de trabajo flexible (por ejemplo, teletrabajo) y horarios de trabajo flexibles (por ejemplo, turnos escalonados), para aumentar la distancia física entre los empleados y entre los empleados y terceros.

Asegurar que se tienen la tecnología e infraestructura necesarias para que múltiples empleados puedan trabajar desde casa.

## Consideraciones de planificación para las empresas

---

Todos los empleadores deben considerar la mejor manera de disminuir la propagación de enfermedades respiratorias agudas y disminuir el impacto de COVID-19 en su lugar de trabajo.

Deben identificar y comunicar sus objetivos, que pueden incluir uno o más de los siguientes: (a) reducir la transmisión entre el personal, (b) proteger a las personas con mayor riesgo de complicaciones de salud adversas, (c) mantener las operaciones comerciales y (d) minimizar los efectos adversos en otras entidades en sus cadenas de suministro.

Algunas de las consideraciones clave al tomar decisiones sobre las respuestas apropiadas son:

- Intensidad de la enfermedad (es decir, número de personas enfermas, hospitalización y tasas de mortalidad) en la comunidad donde se ubica el negocio;
- Impacto de la enfermedad en los empleados que son vulnerables y pueden estar en mayor riesgo de complicaciones de salud adversas de COVID-19. Informe a los empleados que algunas personas pueden estar en mayor riesgo de enfermedades graves, como los adultos mayores y las personas con afecciones médicas crónicas.

**Prepárese para un posible aumento en el número de ausencias de empleados** debido a enfermedades en los empleados y sus familiares, suspensión de programas para la primera infancia y escuelas.

- Implemente planes para continuar con sus funciones comerciales esenciales en caso de que experimente un ausentismo superior al habitual.
- Capacite al personal para realizar funciones esenciales para que el lugar de trabajo pueda operar incluso si los miembros clave del personal están ausentes.
- Prepárese para la necesidad de distanciamiento social, turnos de trabajo escalonados, reducción de operaciones, prestación de servicios a distancia y otras medidas para reducir la exposición.
- Evaluar sus funciones esenciales y el nivel de dependencia que terceros y la comunidad tienen de sus productos o servicios. Prepararse para cambiar prácticas de negocio en caso necesario para mantener las operaciones críticas (identificar proveedores potenciales, priorizar clientes, o suspender temporalmente operaciones en caso necesario).
- Considere la posibilidad de cadenas de suministro interrumpidas o entregas retrasadas.