



# guía resumen

del plan de actuación de las empresas o centros de trabajo frente a una pandemia de

# gripe A

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN ETA KONTSUMO  
SAILA

DEPARTAMENTO DE SANIDAD  
Y CONSUMO



# ¿qué es

## una Pandemia de Gripe y cómo puede afectar a mi empresa o a mi centro de trabajo?

Hablamos de pandemia cuando una epidemia, en este caso la Gripe A, se extiende a nivel mundial y se disemina en un periodo **corto**, pudiendo afectar a un importante porcentaje de la población. Es lógico por tanto que, si esto sucede, también puede afectar a la productividad de las empresas. Por ello es importante estar preparado y tener previsto un **Plan de Actuación** para hacer frente a una situación de afectación a un porcentaje elevado de la población trabajadora.

# ¿CÓMO

## preparo mi empresa para una posible pandemia de Gripe A?

Un primer paso sería designar a una o varias personas que se ocupen de organizar y planificar la respuesta en previsión de una afectación a una parte importante de la plantilla. La figura del/de los **Delegados de Prevención o trabajadores/as designados/as**, pueden jugar un papel importante en este sentido, además de la implicación del personal necesario del servicio de prevención de riesgos laborales que tenga la empresa.

Todo ello en colaboración con los representantes de los trabajadores a los que se debiera informar en todo momento de la situación y de las medidas a tomar como también de la evolución de los acontecimientos.

También es importante tener pensada y prevista la posible **ausencia al trabajo** de empleados o trabajadores considerados esenciales o claves dentro de la empresa para poder actuar en consecuencia; y lógicamente definir también muy claramente los productos, servicios, maquinaria, materiales, viajes del personal, medidas de aprovisionamiento, etc., esenciales o imprescindibles de mantener y las que no son tan necesarias.



# ¿cómo

## puedo minimizar el impacto de la pandemia en los trabajadores?

Será preciso establecer normas internas en caso de una repercusión laboral por las numerosas ausencias (bien por estar las personas enfermas, en aislamiento, o simplemente por retrasos en el transporte público por similares problemas), y tener pensadas sustituciones del personal, si es posible. La posibilidad del teletrabajo es muy válida, pero solamente para aquellas empresas y/o personas en las que sea posible realizarla.

Asimismo, es muy importante que en el trabajo se **eviten los contactos cercanos** entre compañeros, sobre todo si alguno puede tener síntomas iniciales (reuniones en locales cerrados, pequeños y mal ventilados, puestos de trabajo muy cercanos frente a frente, etc.). En estos casos, se deben seguir estrictamente las normas higiénicas generales establecidas.

Se debe siempre favorecer la vacunación del personal en la medida que así lo establezcan las autoridades sanitarias.



# ¿CÓMO

## pongo en marcha en mi centro de trabajo las medidas de contingencia establecidas para disminuir el efecto de la pandemia?

Se deberán seguir siempre las medidas establecidas por las autoridades sanitarias y estar siempre muy bien informado, facilitando toda la información necesaria a los trabajadores/as.

Cualquier persona de la empresa que se encuentre con síntomas de fiebre alta, tos, estornudos y malestar general (todos ellos síntomas de la gripe) deberá **informarse** en su centro de salud o en el teléfono 900 474732., sobre las recomendaciones sanitarias que se estén aplicando en ese momento.

En especial, se deben adoptar medidas de protección con los **trabajadores especialmente sensibles** (afectos de patologías crónicas severas y/o con las defensas bajas) y trabajadoras embarazadas o en periodo de lactancia.

Dentro de la empresa, se deberán divulgar lo más ampliamente posible las **medidas higiénicas generales** para estos casos (carteles, folletos, etc.), facilitando y poniendo a disposición de los trabajadores los productos necesarios para la correcta higiene, tanto de manos (jabón y papel para el secado de las manos), como nasal (pañuelos desechables), colocando contenedores o papeleras para su deshecho.

Se deberán evitar, en la medida de lo posible, situaciones de temor o alarma infundada que no favorecen en nada el control de la situación y contribuyen a minimizar la importancia de una comunicación correcta y seria, basada siempre en la información vertida por las autoridades sanitarias.



# ¿cómo

**puedo obtener una información puntual y actualizada?**

En la siguiente página Web:

**[www.eushadi.net/gripe](http://www.eushadi.net/gripe)**

O en el teléfono específico de información habilitado al efecto:

**900GRIPEA 900 47 47 32**

Debemos recordar que cada responsable de una empresa o centro de trabajo establecerá su Plan de Contingencia específico o propio, según las características de la empresa o circunstancias del momento, plan que comunicará a los representantes de los trabajadores y a toda la plantilla de la empresa.

Es importante también la posibilidad de solicitar ayuda y colaboración de los facultativos médicos de los Servicios de Prevención, con los que tengan contratada la vigilancia de la salud de sus trabajadores/as.



# medidas higiénicas a seguir



**Lavarse las manos frecuentemente** con agua y jabón es una medida fundamental de prevención. El secado de manos se realizará siempre con papel **desechable** y deberá tirarlo a la basura después de su uso.



**Mantenga las manos alejadas de la cara**



**Cubrirse la nariz y la boca** con pañuelos de un solo uso al toser o estornudar, tirarlos a la basura, y lavarse las manos después de toser o estornudar.

# medidas higiénicas a seguir



Procurar, siempre que sea posible, una **buena ventilación** de los espacios cerrados.



Se extremará la **limpieza** de los lugares de trabajo con los productos de limpieza habituales y/o con lejía diluida. Las barandillas o pasamanos, los pomos y las manillas de las puertas, las zonas de apertura y cierre de las ventanas, las superficies de llamada del ascensor y mandos de grifería son zonas de especial cuidado en la limpieza.

El **lavado** de la ropa de una persona con gripe se realizará normalmente en lavadora.





Enpresen edo lan-zentroen ekintza-

# planaren gida

laburtua, a

# gripe A

ren pardemiaren aurrean

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN ETA KONTSUMO  
SAILA

DEPARTAMENTO DE SANIDAD  
Y CONSUMO



# Zer da

## Gripe-pandemia bat eta nola erasan diezaioke nire enpresari edo nire lan-zentroari?

Pandemia esaten diogu mundu zabalean eta aldi laburrean zabaltzen denean epidemia bati -A gripearri, kasu honetan-biztanleriaren portzentaje **handiari erasanez**. Beraz, hori gertatzen bada, zentzuzkoa da pentsatzea enpresetako produktibitatea ere jota gera daitekeela. Horregatik, bada, garrantzitsua da gerturik egotea eta **Ekintza Plan** bat prestatuta edukitzea, langileen portzentaje handia erasanda gelditzeko posibilitatearen aurrean.

# Nola

## antolatu nire enpresa, A Gripearean pandemia posiblerako?

Lehenengo eta behin, pertsona bat edo batzuk izendatu, plantillako zati handi bat jota gelditzeagatik sor daitekeen egoerari erantzuna antolatu eta planifikatzeko. **Prebentzioko Ordezkariek edo izendatutako langileak/ek** lan garrantzitsua bete dezakete zentzu horretan, enpresako lan-arriskuen prebentio-zerbitzuan beharrezkoa den pertsonalaren inplikazioaz gainera.

Eta hori guztia langileen ordezkariekin lankidetzan; gainera, ordezkar horiei informazioa eman behar zaie une guztietan, hau da, egoeraren informazioa, hartu beharreko neurrien informazioa eta gertaeren eboluzioaren informazioa.

Garrantzitsua da, baita ere, pentsatzea eta aurreikusita edukitzea posiblea dela enpresaren barruan behar-beharrezkotzat edo ezinbestekotzat jotako enplegatuak edo langileak **lanera ez joatea**; eta jakin beharko da egoera horren aurrean nola jokatu. Jakina, zehatz-mehatz definitu behar dira zeintzuk produktu, zerbitzu, makineria, tresneria, pertsonalaren bidaia, hornidura-neurri eta abar diren derrigor-derrigor edukitzeakoak eta zeintzuk ez diren horren derrigorrezko.



# Nola

## minimiza dezaket pandemiaren inpaktua langileen artean?

Beharrezkoa izango da barne-arauak jartzea, ausentzia asko gertatzeak lanari eragiten badio (pertsonak gaixorik daudelako, edo isolamenduan daudelako, edo antzerako arazoengatik garraio publikoetan atzerapenak gertatzen direlako). Beharrezkoa izango da, baita ere, pertsonalaren ordezkapenak aurreikusita edukitzea ahal bada. Telelanaren posibilitatea ere oso baliagarria da, baina bakarrik posibilitate hori duten enpresetarako eta pertsonentzako.

Era berean, eta batez ere baten batek hasierako sintomak baditu, oso garrantzitsua da lankideen artean **hurbileko kontaktuak ebitatzea** (bilerak gela itxi, txiki eta txarto aireztatuetan, aurrez aurre eta oso hurbil dauden lanpostuak, etab.). Kasu horietan, zorrotz bete behar dira higie-ne-arau orokorrah.

Pertsonala txertatzearen alde jo behar da beti, agintari sanitarioek hori gomendatzen duten neurrian.



## Pandemiaren eragina gutxitzeko jarritako euspen-neurriak jarriko ditut abian nire lan-zentroan?

# nola

Agintari sanitarioek jarritako neurriak beteko dira beti, eta beti egon behar da ondo informatuta, eta behar den informazio guztia emango zaie langileei.

Enpresan baten batek sukar altua, eztula, doministikuak eta ondoez orokorra (horiek guztiok dira gripearen sintomak) edukiz gero, bere osasun-zentroan edo 900 47 47 32 telefonoan **informazioa eskatu** beharko du, une horretan aplikatzen ari diren gomendio sanitarioari buruzkoa.

**Gaiorik egoteko joera duten langileekin** (patologia kroniko larriak, defentsa baxukoak dituztenekin) eta haurdun edo bularra ematen daudenekin batez ere hartu behar dira babes-neurriak.

Enpresaren barruan, ahalik eta gehien zabalduko dira kasu horietarako diren **higiene-neurri orokorrak** (kartelak, liburuak, etab.). Beraz, langileen esku jarriko dira higiene egokirako behar diren produktuak: eskukoak (kaboia eta eskuak lehortzeko papera) eta sudurrekoak (botatzeko diren zapiak); eta horretarako, edukiontzia edo paperontzia jarriko dira

Ahal den neurrian, beldur edo alarma funsgabeak ebitatuko dira; batetik, ez dutelako bat ere mesederik egiten egoera kontrolatzeko, eta bestetik lagundu egiten dutelako komunikazio egoki eta serioari -beti agintari sanitarioek emandako informazioan oinarrituari- garrantzia kentzen.



# Non

**Lor dezaket informazio puntual  
eta eguneratua?**

[www.euskadi.net/gripe](http://www.euskadi.net/gripe)

delako Web orrian.

Edo kasu honetarako prestatutako informazio-telefono espezifiko honetan:

**900 GRIPEA/ 900 47 47 32**

Gogoratu: enpresako edo lan-zentroko arduradun bakoitzak bere Gertakizun Plan espezifiko edo propioa ezarri behar du, enpresaren ezaugarrien edo uneko zirkunstantzien arabera, eta planaren berri emango die langileen ordezkarietara eta enpresako plantilla osoari.

Garrantzitsua da, baita ere, Prebentzioko Zerbitzuetako medikuei laguntza eta partaidetza eskatzea, eurekin zure langileen osasuna zaintzeko kontraturik badago.



# Betetzeko neurri higienikoak



Funtsezko prebentzio-neurria: **eskuak sarri garbitzea**, urez eta kaboiz. **Botatzeko** den paperarekin lehortuko dira eskuak beti, eta zaborretara botako da, behin erabiliz gero.



**Eskuak aurpegitik urrun eduki.**



Eztul edo doministiku egiterakoan, **sudurra eta ahoa estaldu** erabilera bakarreko zapiekin eta zakarretara bota; Eztul edo doministiku egin eta gero, eskuak garbitu.

# Betetzeko neurri higienikoak



Gela itxiak **ondo aireztatuta** eduki, ahal den guztietan.



**Garbitasuna** kontu handiz egin: lan-lekuak ohiko garbitasun-  
produktuekin edo likiba diluituarekin garbitu. Barandak,  
pasamanosa, ateetako heldutokiak edo eskulekuak, leihoak  
zabaldu eta ixten diren zonak, igogailuei deitzeko aldeak eta  
iturriak dira, izan ere, garbitasun-kontu berezia eskatzen dutenak.

Gripedun gaixoaren arropa **garbitzeko**, garbigailu  
automatikoan egingo da, betiko moduan.