



## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

### OBJECTE

Definir documentalment les mesures de protecció, dirigides a tot el personal de l'empresa, davant el nou Coronavirus SARS-CoV2 que causa la malaltia COVID-19 qualificada com a emergència de salut pública d'importància internacional.

Respecte al personal extern que realitza funcions laborals dins dels centres de treball o instal·lacions de TMB, s'estarà a allò disposat a l'article 24 de la Llei de prevenció de riscos laborals i el RD 171/2004, de 30 de gener, que el desenvolupa.

### ÀMBIT

1. Personal de les empreses del grup TMB.
2. Personal extern que realitza funcions dins de les instal·lacions i centres de treball de les empreses del grup.

### REFERÈNCIES

*Procedimiento\_servicios\_prevencion\_riesgos\_laborales\_COVID-19. Ministerio de Sanidad 28.02.2020.*

Procediment d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2. Sub-direcció Federal de Vigilància i Resposta a Emergències de Salut Pública. Actualitzat 05.03.2020

Àrees amb evidència de transmissió comunitària del Coronavirus CoV-2:

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/areas.htm>

<http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/material-professionals/>

<http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/>

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/situacionActual.htm>

Informació per a personal d'atenció al públic a l'àmbit no sanitari. Canal Salut. 6.3.2020

TMB-MEMO MEDIC CORONAVIRUS (Actualització 1)

TMB-Instrucció interna de seguretat i salut N° 2.

Ley 31/95 "Prevención de Riesgos Laborales".

Real Decreto 171/04 "Coordinación de actividades empresariales"

## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

### RESPONSABILITATS

**Comitè de coordinació:** Li competeix la màxima responsabilitat en la presa de decisions sobre allò que fa referència a les mesures i accions a desenvolupar relacionades amb la pandèmia de COVID 19 com emergència d'importància internacional.

Aquest comitè té la composició següent:

- Conseller Delegat
- Direcció d'Organització i persones
- Direcció de Comunicació i relacions institucionals
- Direcció de Metro
- Direcció d'Operacions de Bus
- Direcció de Tecnologia
- Direcció de Bon govern i assessoria jurídica
- Direcció del Salut, seguretat i benestar laboral
- Direcció de Relacions laborals
- Direcció d'Administració i gestió de personal

Persones convidades:

- Representant del Comitè d'Empresa de Bus
- Representant del Comitè d'Empresa de Metro

Totes les qüestions tractades en aquest Comitè es traslladaran i compartiran amb la Representació dels Treballadors a través de les comissions permanents dels respectius Comitès d'Empresa i també s'informarà als Comitès de Seguretat i Salut.

Així mateix, tota la informació necessària per protegir la salut i seguretat del personal es difondrà a tots els treballadors a través dels mitjans més adequats en cada moment.

**Comitè tècnic:** La seva funció és la d'assessorar al comitè de coordinació en cadascuna de les fases de la pandèmia. Aquest comitè té la composició següent:

- Direcció de Salut, seguretat i benestar laboral
- Servei de prevenció

**Comitè de seguretat i salut:** És l'òrgan paritari i col·legiat destinat a la consulta regular i periòdica de les actuacions de l'empresa en matèria de prevenció de riscos. La seva composició està formada pels delegats de prevenció i els representants de la direcció, segons estableix la legislació vigent.

Respecte a la resta del personal (treballadors, tècnics, comandaments i directius) les seves responsabilitats són les mateixes previstes en matèria de prevenció de riscos laborals.





## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

### DEFINICIONS

**Coronavirus SARS-CoV-2:** malaltia vírica aguda de les vies respiratòries, que es caracteritza clínicament per símptomes lleus que poden semblar els d'una grip, en el 80% de les persones es presenten com malestar general, febre o tos. En els casos moderats pot produir sensació de falta d'aire i, en els més greus, la infecció pot causar pneumònia i altres complicacions, aquests darrers es poden produir en persones grans o que pateixen altres patologies.

**Grup de risc professional d'exposició baixa:** professionals sanitaris que no tenen contacte estret<sup>1</sup> amb cas confirmat de COVID 19, però poden atendre o visitar a pacients amb sospita d'infecció per coronavirus SARS-CoV-2

<sup>1</sup>**Contacte estret:**

- *Qualsevol persona que hagi proporcionat cures a un cas probable o confirmat mentre que el cas presentava símptomes: treballadors sanitaris que no han utilitzat mesures de protecció adequades, membres familiars o persones que tinguin un altre tipus de contacte físic similar.*
- *Qualsevol persona que hagi estat en el mateix lloc que un cas probable o confirmat mentre que el cas presentava símptomes i a una distància <2 metres (p.e. convivents, visites).*
- *Passatgers d'un avió situats durant el vol en un radi de 2 seients al voltant d'un cas probable o confirmat mentre que el cas presentava símptomes i també la tripulació que hagi tingut contacte amb aquests casos.*

**Cas en investigació:** qualsevol persona que compleixi criteris de definició de cas d'infecció pel coronavirus SARS-CoV

- A. Persona amb quadre clínic amb infecció respiratòria aguda que ens els 14 dies previs ha viatjat a zones amb evidència de transmissió comunitària o bé té història de contacte estret.
- B. Persona hospitalitzada per infecció respiratòria aguda greu en que no s'hagin descartat altres possibles etiologies infeccioses.

**Cas confirmat:** cas que compleix criteris de confirmació per analítica de laboratori.

**Cas probable:** cas en investigació en què els resultats de laboratori no són conclouents.

**Cas descartat:** cas en investigació en què les proves de laboratori han estat negatives.

**Higiene de mans:** terme general que s'aplica a qualsevol rentat de mans amb aigua i sabó, rentat amb antisèptic de mans, antisèpsia de mans per frotació, o antisèpsia quirúrgica de mans.

**Equip de protecció personal:** són els equips considerats normativament com equips de protecció individual i aquells altres equips no definits com a tals, però que estan igualment destinats a ser portats o subjectats pels treballadors per realitzar alguna funció protectora.

**Persones especialment sensibles front a la infecció pel Coronavirus SARS-CoV-2:** són aquelles amb un alt risc de patir complicacions en cas de tenir una infecció pel nou virus per presentar patologies cròniques com són cardiovasculars, diabetis, cardíacques o pulmonars, o amb problemes d'immunitat.

**Període d'incubació COVID 19:** 2-14 dies, promig de 5 dies.

## **Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19**

### **DESENVOLUPAMENT**

El present document descriu les mesures a adoptar i les normes d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19. **Aquestes mesures són de caràcter temporal, en funció de com evolucioni la situació i sempre seguint les indicacions de les Autoritats Sanitàries.**

De la mateixa forma, el Comitè de Coordinació podrà decidir, en cada moment, canvis en les mesures aquí indicades o l'aplicació d'altres mesures addicionals en funció de les noves dades disponibles, les indicacions de les Autoritats i l'assessorament del Comitè Tècnic.

En el moment actual, es manté vigent la instrucció interna N 02 Coronavirus 27/02/2020

Contingut del document:

1. Mesures ambientals
2. Mesures organitzatives
3. Mesures personals
4. Consulta i participació dels treballadors

### **1 – MESURES AMBIENTALS**

#### **Assegurar la disponibilitat d'aigua i sabó, o gel a base d'alcohol en el seu defecte, per la higiene de les mans**

Correspondrà als responsables de cada unitat vetllar per a què tots els treballadors i treballadores tinguin disponible aigua, sabó i tovalloles de paper d'un sol ús als lavabos, per poder rentar-se les mans convenientment. Als llocs de treball en els que no hi hagi aigua es distribuiran sol·lucions hidroalcohòliques per al rentat freqüent de les mans.

Per tal de garantir el servei a la ciutadania, als centres de treball definits com a crítics (**CST, CCM, CSPC, CSX i CONs**) s'adoptaran mesures addicionals per garantir el rentat de mans, abans d'entrar a aquest centres, i perquè ho puguin fer amb més freqüència i sempre que ho requereixin.

#### **Reforçar la neteja de superfícies amb productes desinfectants**

Correspondrà als responsables de la contractació de la neteja de les instal·lacions i vehicles donar instruccions precises a les respectives empreses de serveis contractades, pel que fa referència a la neteja tant dels espais de treball (taules, teclats, telèfons, etc.), especialment, aquells que són ocupats per més d'una persona al llarg de la jornada laboral, les estacions i edificis (escales, pulsadors d'ascensors, panys de les portes, etc.) com dels trens i autobusos (volant, manipulador, pupitres, barres per la subjecció del passatge) i pulsadors de les portes i aules de formació per tal d'assegurar una bona higiene dels mateixos.





## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

### 2 – MESURES ORGANITZATIVES

#### Limitar l'accés

Es consideren crítics als centres de control CST, CCM, CSX, CPX i per tant, no es permeten visites ni l'accés de personal propi o extern que no sigui imprescindible.

Els responsables dels diferents centres de treball tindran la potestat de determinar quina de les seves instal·lacions considera crítiques per limitar o prohibir l'accés al personal propi o aliè.

#### Personal que implica atenció i contacte amb el client

Seràn d'aplicació les consignes generals dirigides a la ciutadania i en funció de l'evolució de la pandèmia es determinaran instruccions concretes per cada col·lectiu.

#### Viatges

Es prohibeixen els viatges professionals a les zones de risc.

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/situacionActual.htm>

#### Reunions

Només es podran dur a terme les reunions presencials que siguin imprescindibles, limitant el número d'assistents al mínim i sempre i quan es pugui garantir una distància de seguretat mínima d'un metre entre els assistents.

No es faran reunions amb persones externes a l'empresa que vinguin de zones amb contenció reforçada.

#### Formació

Es mantindran les mínimes i imprescindibles seguint, en tots els casos, el mateix criteri que en el punt anterior sobre reunions, respecte a la distància de seguretat. En cas de no poder complir aquestes condicions s'hauràn de cancel·lar.

#### Teletreball

Es recomana facilitar el teletreball en tots aquells casos que sigui possible.

#### Facilitar l'accés a tots els treballadors i treballadores a la informació més actualitzada i fefaent que faci referència a l'epidèmia de Coronavirus SARS-CoV-2:

El Centre de Suport Tecnològic habilitarà tots els PC's de l'empresa per poder accedir a la web del Departament de salut.

<http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/#bloc2>

#### Informar d'aquest procediment de protecció a tots els treballadors i treballadores:

La direcció de l'empresa remetrà un correu electrònic amb la informació més rellevant actualitzada del pla de protecció, a tot el personal. Al mateix temps, cada responsable de departament iniciarà la campanya informativa a nivell local amb les mesures d'higiene personal que cal adoptar davant del risc d'infeccions en general i, específicament, pel **Coronavirus SARS-CoV-2**. Els [document numerats del 2 al 8](#) són els que cal fer servir per aquesta campanya de sensibilització.

## **Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19**

El centre de suport tecnològic i comunicació interna habilitaran un espai permanent al portal de la intranet corporativa, durant tot el període pandèmic, on es pot trobar tota la informació estructurada i la documentació disponible.

### **Assegurar la disponibilitat de l'accés per part del personal de TMB a consultes i assessorament mèdic:**

Els professionals sanitaris de Medicina del treball i Medicina assistencial es reorganitza per poder atendre tant les possibles consultes telefòniques com personals per part dels treballadors i treballadores.

Els telèfons de consulta són el següents:

#### **Medicina del treball**

**Sagrera (Hondures):** 932 148 077 (des de l'exterior) i el 88077 (des dels telèfons interiors).  
**Santa Eulàlia:** 932 148 663 (des de l'exterior) i el 88663 (des dels telèfons interiors).  
**Horta:** 932 148 175 (des de l'exterior) i el 88175 (des dels telèfons interiors).

#### **Medicina Assistencial:**

**Sagrera (Hondures):** 932 148 302 (des de l'exterior) i el 88302 (des dels telèfons interiors).  
**Santa Eulàlia:** 932 148 395 (des de l'exterior) i el 88395 (des dels telèfons interiors).

Pel que fa a les consultes personals i visites, serà possible fer-les a qualsevol dels quatre centres sanitaris, els dies laborables, amb cita prèvia de 7-14h (8-20h al Centre assistencial de Sagrera).

### **Informació i formació al personal sanitari**

Les responsables de Medicina del treball i M.Assistencial vetllaran perquè, addicionalment a totes les mesures indicades anteriorment, el personal sanitari rebi tota la informació i formació necessària per aplicar el protocol de prevenció, segons el previst en el document del Departament de Salut d'aplicació als centres sanitaris. Els professionals d'aquesta unitat tindran disponibles els equips de protecció personal que li són d'aplicació en el marc d'aquest protocol (guants, ulleres, bates i mascaretes). També s'han habilitat totes les dependències sanitàries de mascaretes per a ús dels treballadors que consulten amb simptomatologia respiratòria i sospita d'infecció per Coronavirus, així com dispensadors de gel hidroalcohòlic.

### **Identificació de persones especialment sensibles**

Es consideren treballadors especialment sensibles davant del **Coronavirus SARS-CoV-2**, els següents:

- Treballadors i treballadores de qualsevol edat amb
  - o Malalties cardíaques
  - o Malalties respiratòries cròniques
  - o Diabètics amb tractament farmacològic
  - o Insuficiència renal moderada o greu
  - o Malalties de la sang com hemoglobinopaties o anèmies greus
  - o Asplènia
  - o Malalties hepàtiques cròniques avançades



## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19

- Malalties neurovasculars greus
- Immunosupressió (inclosa la del VIH-SIDA)
- Obesitat mòrbida (IMC > 40)

El personal que pateixi alguna de les malalties incloses en aquesta relació descrita caldrà que contacti amb el personal sanitari de l'empresa per valorar el seu cas.

### Aprovisionament d'Equips de Protecció Personal i hidrogel alcohòlic

El responsable d'aprovisionaments vetllarà per tenir una quantitat suficient, sempre i quan estiguin disponibles al mercat, per si fos necessari el seu ús i en funció de les indicacions de les autoritats sanitàries, per poder distribuir-los al personal.

### Vigilància epidemiològica

Tota persona que treballa a TMB i pateixi el **Coronavirus SARS-CoV-2** o bé estigui en situació d'aïllament domiciliari en quarantena per ser un cas sospitós o contacte haurà de contactar telefònicament amb els professionals sanitaris de l'empresa, a partir del moment de notificar la seva incapacitat temporal. Això permetrà conèixer la incidència de la malaltia entre el nostre personal i, per tant, conèixer el número de casos, fer un seguiment de la seva evolució i planificar l'estudi de contactes si s'escau, en coordinació amb el Sistema Públic de Salut.

Periòdicament, s'informarà als CSS durant la fase epidèmica per adoptar les mesures de prevenció més oportunes, en funció de cadascuna de les circumstàncies.

### Coordinació d'activitats empresarials segons allò previst al RD 171/2004

En el marc normal de coordinació d'activitats empresarials, totes les empreses que tenen treballadors i treballadores realitzant funcions laborals a TMB, hauran de rebre una informació bàsica sobre les mesures higièniques que haurà d'adoptar el seu personal i, en aquells casos que es consideri necessari i una còpia d'aquesta norma a efectes d'aconseguir la millor coordinació possible.

En el cas que algun treballador d'aquestes empreses sigui un cas confirmat, s'haurà de posar en coneixement de TMB a través del responsable del contracte o del servei de prevenció per actuar en conseqüència.

La Unitat de Prevenció és la responsable d'emetre aquesta informació.

## 3 – MESURES PERSONALS

### Informació per a personal d'atenció al públic a l'àmbit no sanitari

- 1) Cal reforçar les mesures d'higiene personal. Com a norma general, les persones ateses en els taulells o centres o establiments que no són sanitaris es consideren persones sanes. Per tant, les mesures que s'han d'observar en aquests casos són les mesures higièniques habituals:
  - Rentar-se les mans de manera freqüent.
  - Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze en el moment de tossir o esternudar i rentar-se les mans de seguida.

## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

- Com a norma general, mantenir una distància habitual (1-2 metres) entre persones.
  
  - Evitar el contacte proper amb persones que tinguin símptomes d'infecció respiratòria (tos o esternuts, fonamentalment). En cas que es manipuli algun objecte d'aquelles persones, cal rentar-se després les mans.
  
  - S'ha d'evitar la compartició de menjar i estris (coberts, gots, tovallons, mocadors,...) i d'altres objectes, sense netejar-los degudament.
  
  - Després de manipular objectes de tercers, cal abstenir-se de tocar-se la boca, nas i ulls, sense abans haver-se rentat les mans.
- 2) No cal portar mascareta de manera rutinària si s'està de cara al públic. En els casos de trobar-se amb persones que tinguin símptomes respiratoris (tos o esternuts, fonamentalment), es recomana especialment que es tingui la distància habitual, d'un metre.
- 3) Es recomana l'ús de mascareta:
- Sempre que ho indiqui el personal sanitari
  - En cas que estigueu en una situació d'aïllament indicada pel personal sanitari
  - Si entreu en contacte amb algú que estigui en situació d'aïllament indicat per personal sanitari i compartiu el mateix espai.
- La millor manera de prevenir la transmissió del coronavirus SARS-CoV-2 és prendre les mesures habituals de prevenció de contagis: rentar-se les mans sovint, utilitzar mocadors de paper d'un sol ús i tapar-se la boca i el nas en tossir o esternudar.
- 4) S'han de reforçar les mesures universals de prevenció i control d'infeccions. Cal mantenir en tots els casos els criteris de prudència, racionalitat i tranquil·litat. En cas de dubte, consultar als professionals sanitaris de l'empresa o al telèfon 061-Salut Respon.
- 5) Si el treballador/a aten a una persona que ve d'una zona on hi ha risc d'infecció pel SARS-CoV-2, però no presenta símptomes respiratoris, s'ha de considerar totalment sana. Per tant, no és necessari prendre mesures diferents de les anteriors. En cas de dubte, consultar als professionals sanitaris de l'empresa o al telèfon 061-Salut Respon.


### Símptomes de la malaltia

Els símptomes més comuns inclouen febre, tos, dificultat per respirar i/o malestar general. En els casos més greus, la infecció pot causar dificultat respiratòria important al causar pneumònia; també pot produir insuficiència renal i altres complicacions.

### Com actuar davant de la malaltia:

Els treballadors i treballadores que pateixin símptomes respiratoris i compleixin criteris de cas en investigació o bé siguin contactes en aïllament domiciliari i iniciïn símptomes (febre, tos, dificultat respiratòria i/o malestar general) cal que no



 <p>Transports Metropolitans de Barcelona</p> <p><b>SST</b>   Salut i seguretat en el treball</p>	<b>Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19</b>	Mòdul: àrea de persones i Organització Submòdul: Salut i Seguretat Revisió : 1 Codi: N_PXXX Data: 11.03.2020 Pàgina 9 de 21
--	--	--

vinguin a treballar i es posin en contacte amb el telèfon que el Sistema públic de salut 061-Salut Respon per a consulta del seu cas i que els informin de com procedir.

Posteriorment, hauran de contactar amb el personal sanitari de l'empresa, en cas que presentin la malaltia o siguin cas en investigació.

Si un treballador presenta, en el seu lloc de treball, indisposició per possible malaltia de Coronavirus SARS-CoV-2 ho ha de comunicar al seu responsable directe, aquest l'ha de remetre al seu domicili i, a continuació, sol·licitar una neteja de la seva zona de treball, sobretot en el cas que l'espai de treball hagi de ser ocupat per un altre treballador.

No cal fer cap actuació més sobre els altres treballadors que hagin pogut estar en contacte proper, però sí que és convenient notificar-ho als professionals sanitaris de l'empresa perquè coordinats amb el sistema públic de salut, s'actui en conseqüència (estudi de possibles contactes).

#### **4 – CONSULTA I PARTICIPACIÓ DELS TREBALLADORS**

Seguint la trajectòria de la Direcció per garantir el consens en tots aquells aspectes relacionats amb la salut i seguretat en el treball, aquest procediment que estableix una guia d'actuació per la protecció dels treballadors i treballadores de TMB, davant del **Coronavirus SARS-CoV-2**, es traslladarà al Comitè de Seguretat i Salut per la seva consulta periòdica.

Igualment, es farà extensible a totes les parts implicades per la seva immediata aplicació i servirà de guia per establir a tots els centres de treball el marc d'actuació per la protecció i la seguretat de totes les persones que treballen a TMB.

Es garantirà en tot moment que el Delegats de Prevenció i membres dels Comitès de Seguretat i Salut disposin del contingut d'aquest document i de qualsevol actualització que es pugués realitzar.

## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19


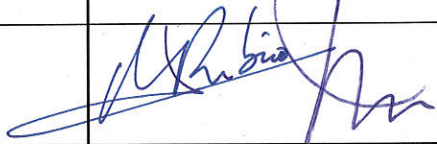
### DOCUMENTS I REGISTRES

#### 1. Documents

1. Model de correu electrònic dirigit individualment a tot el personal
2. Cartell d'higiene de les mans. Tècnica del rentat de mans amb sabó
3. Cartell d'higiene de les mans. Tècnica del rentat de mans amb preparats amb alcohol
4. Díptic informatiu\_1 sobre el Coronavirus SARS-CoV-2
5. Cartell "La prevenció és la millor mesura per evitar el Coronavirus"
6. Cartell: què es el Coronaravirus SARS-2 CoV-2. Dep. Salut
7. Cartell: Puc estar afectat pel Coronaroviurs. Dep. Salut
8. Cartell: Ús de mascaretes davant el coronavirus SARS-CoV-2. Dep. Salut
9. Cartell: Què vol dir aïllament domiciliari Dep. Salut
10. Cartell: Esvaïm inquietuts sobre el Coronavirus SARS-CoV-2

#### 2. Registres

#### RELACIÓ DE RESPONSABILITATS

Responsabilitats	Nom i departament	Signatures
Autoritzador	Miquel Mira Muñoz (Salut, Seguretat i Benestar Laboral)	Sr. Miquel Mira i Muñoz Director del Servei de salut, seguretat i benestar laboral 
Revisor	Comitè de Coordinació	Acta 10/03/2020
Consulta	Comitè de seguretat i salut de TB Comitè de seguretat i salut de FMB	Acta R.E.CSS 11/03/2020 Acta R.O.CSS 11/03/2020
Redactor	Servei de prevenció	

#### HISTÒRIC DE MODIFICACIONS



Versió	Data	Modificacions
1	XX-03-2020	Inclusió en el LLibre de Procediments



# Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19


## Document 1: Model de correu electrònic dirigit individualment a tot el personal

De:  Comunicació Interna  
Per a:  EmpleatsTB  
V/c:  
Tema: Instrucció COVID-19

 Missatge  Instrucció interna d'actuació COVID-19\_02.pdf (110 KB)

Us adjuntem la instrucció elaborada pel Comitè de Seguretat i Salut de FMB, referent al COVID-19. Si us plau, feu-ne una lectura acurada i davant de qualsevol dubte contacteu amb el Servei de Salut de TMB.

### Comunicació Interna

 <p>Transports Metropolitans de Barcelona</p> <p>SST   Salut i seguretat en el treball</p>	<p>EMERGENCIA DE SALUT PUBLICA DE RELLEVANCIA INTERNACIONAL DECLARADA PEL COMITÈ CIENTÍFIC DE LA ORGANITZACIÓ MUNDIAL DE LA SALUT (OMS) A PROPÒSIT DE L'APARICIÓ DEL CORONAVIRUS (2019-nCoV)</p> <p><b>INSTRUCCIÓ INTERNA</b> <b>Nº 02_ Coronavirus_27/02/2020</b></p>
---	--

Els Comitès de Seguretat i Salut de FMB, SA i TB, SA reunits ahir, amb sessions extraordinàries davant de la notificació, per part de les Autoritats Sanitàries, de l'aparició de casos a la ciutat de Barcelona de persones afectats pel coronavirus (2019-nCoV) ha acordat el següent:

Recordar la importància de les mesures de protecció vigents fins ara:

- Rentar-se les mans sovint amb aigua i sabó i, en el cas de no tenir aquesta possibilitat, amb solució alcohòlica. Especialment després de contacte directe amb persones malaltes o el seu entorn. D'aquesta forma, en cas d'haver tocat amb les mans una superfície infectada evitarem portar el virus a les mucoses del nas, la boca o els ulls.
- Evitar el contacte físic directe amb persones que mostrin signes d'afecció respiratòria, com tos o esternuts i mantenir una distància prudencial amb aquestes persones.
- Tapar-se el nas i la boca amb la tos o l'esternut preferentment amb mocador de paper d'un sol ús. D'aquesta manera evitarem la propagació del virus o s'evitarà que ens el propaguin. De fet, es recomana tapar-se abans amb el colze o l'avantbraç que amb les mans per evitar l'esmentat al punt anterior.
- Evitar compartir menjar ni estris (coberts, gots, tovallons, mocadors...) i altres objectes sense netejar-los degudament.

Gel desinfectant (solució hidroalcohòlica) es posarà a disposició del personal que, durant la seva jornada de treball, no tingui accessibilitat a un punt d'aigua on poder rentar-se les mans amb aigua i sabó.

Les proteccions respiratòries, tipus mascareta, seguint les indicacions de les Autoritats Sanitàries, **no estan recomanades**.

El portar la mascareta quirúrgica la població no malalta no està recomanat i el seu ús cal reservar-lo únicament per les persones malaltes que presenten símptomes per tal d'evitar la difusió per via àrea del virus com per qualsevol malaltia respiratòria.

No obstant, si el personal que treballa amb proximitat dels nostres clients considera que se sent més segur portant una mascareta, aquesta decisió individual serà respectada. Així mateix, en els centres de treball estaran a disposició de qui ho sol·liciti fins que s'acabin les existències disponibles.

Davant de qualsevol canvi epidemiològic de la situació actual, així com de les mesures de protecció recomanades per les Autoritat Sanitàries que calguin adoptar en cada moment seran actualitzades mitjançant una nova instrucció.



Transports Metropolitans  
de Barcelona

**SST** | Salut i seguretat  
en el treball

## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

Mòdul: àrea de persones i Organització

Submòdul: Salut i Seguretat

Revisió : 1

Codi: N\_PXXX

Data: 11.03.2020

Pàgina 12 de 21

Document 2: Cartell d'higiene de les mans. Tècnica del rentat de mans amb sabó

# HIGIENE DE LES MANS

## TÈCNICA DEL RENTAT DE MANS AMB SABÓ

De 40 a 60 segons



**1** Un cop s'han mullat les mans amb aigua, aplicar-hi sabó.



**2** Friccionar un palmell amb l'altre.



**3** Friccionar el palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra i viceversa.



**4** Friccionar un palmell amb l'altre amb els dits entrelaçats.



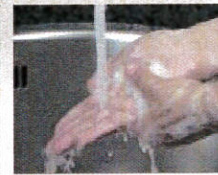
**5** Friccionar el dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats.



**6** Friccionar per rotació els dits de la mà esquerra tancada al voltant del dit polze dret i viceversa.



**7** Friccionar per rotació les puntes dels dits juntes sobre el palmell de la mà contrària i viceversa.



**8** Esbandir-se les mans.



**9** Esugar-se les mans amb una tovallola de paper.



**10** Utilitzar el mateix paper per tancar l'aixeta.

Generalitat de Catalunya  
Departament de Salut

[www.gencat.cat/salut](http://www.gencat.cat/salut)





Document 3: Cartell d'higiene de les mans. Tècnica del rentat de mans amb preparats amb alcohol

# HIGIENE DE LES MANS

## TÈCNICA PER FRICCIÓ AMB PREPARATS AMB ALCOHOL



**1**

Palmell  
contra palmell



**2**

Palmell de la mà dreta  
sobre el dors de  
l'esquerra i viceversa



**3**

Palmell amb palmell,  
amb els dits  
entrelaçats



**4**

Dors dels dits contra  
el palmell oposat  
amb els dits travats



**5**

Fricció per rotació  
dels dits de la  
mà esquerra tancada  
al voltant del polze dret  
i viceversa



**6**

Fricció per rotació  
de les puntes dels dits  
units sobre el palmell  
de la mà contrària  
i viceversa

# Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

## Document 4: Díptic informació general Coronavirus SARS-CoV-2 - TMB

Per evitar contagis,  
extrema al màxim les  
mesures de prevenció

### Coronavirus (2019-nCoV)

El 31 de desembre de 2019, les autoritats sanitàries xineses van informar l'Organització Mundial de la Salut (OMS) sobre un grup de 27 casos de pneumònia d'etiologia desconeguda, que incloïa set casos greus, relacionats en l'exposició comuna a un mercat majorista de peix a la ciutat de Wuhan, província de Hubei a la Xina.

El 7 de gener de 2020 es va identificar com a agent causant del brot un nou tipus de virus de la família Coronaviridae, denominat com a coronavirus 2019-nCoV.

### Transmissió

La forma d'adquirir la infecció no es coneix de manera precisa. Per analogia amb altres infeccions causades per virus similars, sembla que la transmissió es produeix a través del contacte amb animals infectats o per contacte estret amb les secrecions respiratòries que es generen amb la tos o l'esternut d'una persona malalta. Aquestes secrecions infectarien a una altra persona si entren en contacte amb el nas, els ulls o la boca.

### Síntomes

Els símptomes més comuns inclouen febre, dificultat per respirar, tos o mal de cap general. En els casos més greus, la infecció pot causar pneumònia, insuficiència renal i altres complicacions. Els casos més greus, generalment succeeixen en persones grans o que pateixen alguna comorbiditat com la malaltia cardíaca, malaltia pulmonar o problemes d'immunitat.

No s'han de prendre precaucions especials amb els animals a Espanya, ni amb els aliments, per evitar aquesta infecció.

Per qualsevol dubte o qüestió, no dubtis a contactar amb el Servei de Salut i seguretat i benestar per correu a [mespinos@tmb.cat](mailto:mespinos@tmb.cat) o bé per telèfon 88178.







Transports Metropolitans de Barcelona

**SST** | Salut i seguretat en el treball

# Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19

Mòdul: àrea de persones i Organització

Submòdul: Salut i Seguretat

Revisió : 1

Codi: N\_PXXX

Data: 11.03.2020

Pàgina 15 de 21

Per evitar contagis, extrema al màxim les mesures de prevenció

## Prevenció

Les mesures genèriques de protecció individual enfront de malalties respiratòries inclouen dur a terme:



**Una higiene de mans freqüent (rentat amb aigua i sabó o solucions alcohòliques), especialment després del contacte directe amb persones malaltes o el seu entorn.**



**Evitar el contacte estret amb persones que mostrin signes d'afecció respiratòria, com ara tos o esternuts.**



**Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze en el moment de tossir o esternudar i rentar-se les mans de seguida.**



**Evitar compartir menjar ni estris (coberts, gots, tovallons, mocadors,...) i altres objectes sense netejar-los degudament.**

No s'han de prendre precaucions especials amb els animals a Espanya, ni amb els aliments, per evitar aquesta infecció.

Per qualsevol dubte o qüestió, no dubtis a contactar amb el Servei de Salut i Seguretat i Benestar per correu a [maspinosa@tmb.cat](mailto:maspinosa@tmb.cat) o bé per telèfon 86178.

## FAQ's

### Què és un coronavirus?

Els coronavirus són una ampla família de virus que normalment afecten només als animals. Alguns tenen la capacitat de transmetre dels animals a les persones. Produïxen quadres clínics que van des de el refredat comú fins a les malalties més greus, com passa amb el coronavirus que va causar el síndrome respiratori agut greu (SRAS-CoV) i el coronavirus causant del síndrome respiratori d'Orient Mitjà (MERS-CoV).

### Què és el nou coronavirus (2019-nCoV)?

Es un nou tipus de coronavirus que pot afectar a les persones i s'ha detectat per primera vegada al desembre de 2019 a la ciutat de Wuhan, província de Hubei, a la Xina.

### Els animals transmeten el nou coronavirus (2019-nCoV) a l'ésser humà?

La font d'infecció està sota investigació. Existeix la possibilitat de que la font inicial pugui ser algun animal, ja que els primers casos es van detectar en persones que treballaven en un mercat on hi havia presència d'animals. Alguns coronavirus són virus zoonòtics, el que significa que es poden transmetre dels animals a l'ésser humà.

### Quins són els símptomes del 2019-nCoV?

Els símptomes més comuns inclouen tos, mal de coll, febre i sensació de falta d'aire. En casos més greus, la infecció pot causar pneumònia, dificultat important per respirar, insuficiència renal i inclús la mort. Els casos més greus, generalment succeeixen en persones grans o que patixen alguna comorbiditat com la malaltia cardíaca, malaltia pulmonar o problemes d'immunitat.

### De quina forma es pot adquirir la infecció?

La forma d'adquirir la infecció no es coneix de forma precisa. Per analogia amb altres infeccions causades per virus similars, sembla ser que la transmissió seria a través del contacte amb animals infectats o per contacte estret amb les secrecions respiratòries que es generen amb la tos o l'esternut d'una persona malalta. Aquestes secrecions infectarien a una altra persona si entren en contacte amb el nas, ulls o boca.

### La infecció és molt contagiosa?

Les dades disponibles, fins aquest moment, indiquen que podria haver transmissió persona a persona però aquesta via de transmissió seria poc eficient. Perquè es produïxi la infecció, es necessitaria un contacte directe de les secrecions respiratòries d'un animal infectat o d'una persona malalta, amb les mucoses d'una altra persona (nas, boca, ulls). Sembla poc probable la transmissió per l'aire a distàncies més grans d'un metre.

### Existeix un tractament pel 2019-nCoV?

No existeix un tractament específic pel nou coronavirus. Si existeixen molts tractaments per controlar els seus símptomes per la qual cosa, l'assistència sanitària pot millorar el pronòstic.

### Què puc fer per protegir-me?

Les mesures genèriques de protecció individual enfront de malalties respiratòries inclouen realitzar una higiene de mans freqüent (rentat amb aigua i sabó o solucions alcohòliques), especialment després de contacte directe amb persones malaltes o el seu entorn, evitar el contacte estret amb persones que mostrin signes d'afecció respiratòria, com tos o esternuts, mantenir una distància d'un metre aproximadament amb les persones amb símptomes d'infecció respiratòria aguda; tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze al tossir o esternudar i rentar-se les mans.

No s'han de prendre precaucions especials amb els animals a Espanya, ni amb els aliments, per evitar aquesta infecció.

### Si viatjo fora del país, tinc risc?

Tal com ha avaluat la Organització Mundial de la Salut el risc en viatgers és molt baix. No existeix cap restricció als viatges.

El lloc relacionat amb el brot és a la ciutat de Wuhan. És recomanable, en general, i en especial a la ciutat de Wuhan, evitar el contacte proper amb animals vius o morts, domèstics o salvatges i consumir carn poc cuada; s'han de mantenir precaucions en cas d'entrar en contacte amb persones de Wuhan que patixin infeccions respiratòries.





### Què heig de fer si viatjo i em trobo malament?

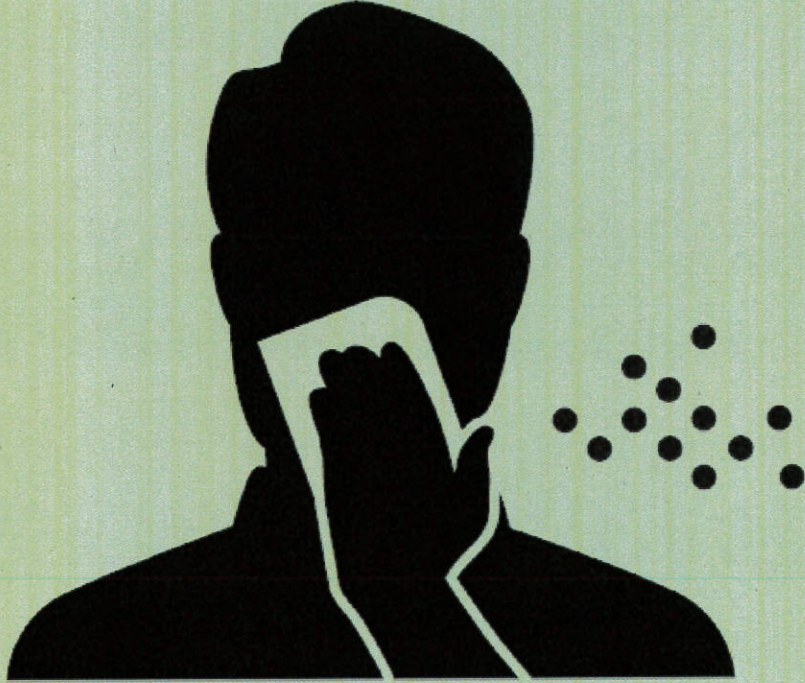
Si en les dues setmanes posteriors a la tornada d'un viatge es presenten símptomes respiratoris (tos, mal de coll, febre, sensació de falta d'aire) s'ha de comunicar als serveis sanitaris l'antecedent de l'estancia en aquesta ciutat o trucar al 061.

## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19

Document 5: Cartell Coronavirus SARS-CoV-2 - TMB

# Per evitar contagis, extrema al màxim les mesures de prevenció

	Una higiene de mans freqüent (rentat amb aigua i sabó o solucions alcohòliques), especialment després del contacte directe amb persones malaltes o el seu entorn.		Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze en el moment de tossir o esternudar i rentar-se les mans de seguida.
	Evitar el contacte estret amb persones que mostrin signes d'afecció respiratòria, com ara tos o esternuts.		Evitar compartir menjar ni estris (coberts, gots, tovallons, mocadors...) i altres objectes sense netejar-los degudament.



**TMB** Transports Metropolitans de Barcelona





# Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19

Document 6: Cartell: què és el Coronaravirus SARS-2 CoV-2. Dep. Salut

27 de febrer de 2020

## Què és el coronavirus SARS-CoV-2?

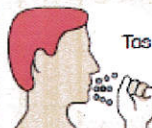
El SARS-CoV-2 és un nou tipus de coronavirus que pot afectar les persones. Es va detectar per primera vegada el desembre de 2019 a la ciutat de Wuhan, a la Xina, i s'ha anat estenent a altres països.

Presenta una simptomatologia clínica similar a la de la grip, i el 80% dels casos són lleus. Els casos més greus generalment afecten persones grans o que pateixen altres patologies.

### Com es transmet?

Es transmet principalment per les gotes respiratòries i pel contacte directe amb les secrecions. La transmissió per l'aire a distàncies més grans de 2 metres sembla poc probable. Té un període d'incubació d'entre 2 i 14 dies.

### Quins són els símptomes?



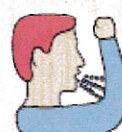
### Com es pot prevenir?



Rentant-te sovint les mans amb aigua i sabó o solucions alcohòliques.



Tapant-te la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús i rentant-te les mans de seguida.



Tapant-te la boca i el nas amb la cara interna del colze en tossir o estemudar i rentant-te les mans de seguida.



Evitant compartir menjar, estris o altres objectes sense netejar-los degudament.

Si creus que pots estar afectat pel coronavirus SARS-CoV-2, truca al 061 Salut Respon on t'informarem del que has de fer.

Per a més informació, consulta [canalsalut.gencat.cat/coronavirus](https://canalsalut.gencat.cat/coronavirus) o truca al **061**/Salut Respon





Transports Metropolitans  
de Barcelona

**SST** Salut i seguretat  
en el treball

## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

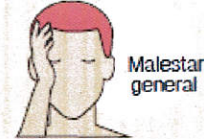
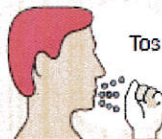
Mòdul: àrea de persones i Organització  
Submòdul: Salut i Seguretat  
Revisió : 1  
Codi: N\_PXXX  
Data: 11.03.2020  
Pàgina 18 de 21

Document 7. Cartell: Puc estar afectat pel Coronaroviurs. Dep. Salut.

27 de febrer de 2020

# Puc estar afectat pel coronavirus SARS-CoV-2?

- ▶ Si recentment has viatjat a una zona afectada,
- ▶ has tingut contacte estret amb una persona que sigui un cas probable o confirmat
- ▶ i a més tens algun dels símptomes següents:



### Has de contactar amb el 061 Salut Respon

on faran una valoració del teu cas i t'informaran de les indicacions que has de seguir.

El coronavirus SARS-CoV-2 presenta una simptomatologia clínica similar a la de la grip. El 80% dels casos són lleus. Tot i que actualment no hi ha un tractament específic, sí que hi ha molts tractaments per controlar-ne els símptomes, per la qual cosa l'assistència sanitària pot millorar el pronòstic.

Per a més informació, consulta [canalsalut.gencat.cat/coronavirus](https://canalsalut.gencat.cat/coronavirus) o truca al **061** Salut Respon

 Generalitat  
de Catalunya

/Salut





## Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS- CoV-2 i la malaltia COVID 19

Document 8. Cartell: Ús de mascaretes davant el coronavirus SARS-CoV-2

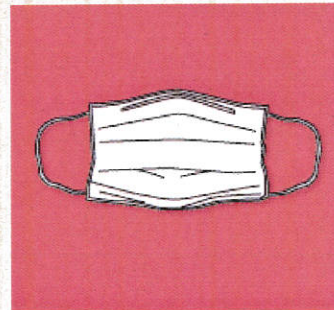
2 de març de 2020

# Ús de mascaretes davant el coronavirus SARS-CoV-2

**No és necessari utilitzar la mascareta als espais públics  
si no és que t'ho ha indicat un professional sanitari.**

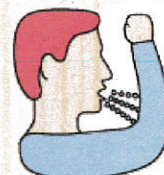
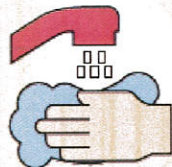
## En quins casos es necessita la mascareta?

- 1 Sempre que t'ho indiqui el personal sanitari.
- 2 En cas que estiguis en situació d'aïllament i entris en contacte amb altres persones del teu entorn.
- 3 Si estàs en contacte amb algú que estigui en situació d'aïllament i compartiu el mateix espai.
- 4 Si ets personal del sistema de salut i així t'ho indica el protocol vigent.



La millor manera de prevenir la transmissió del coronavirus SARS-COV-2 és prendre les **mesures habituals de prevenció de contagis:**

rentar-se les mans sovint, utilitzar mocadors d'un sol ús i tapar-se la boca i el nas en tossir o esternudar.





Document 9. Cartell: Què vol dir aïllament domiciliari

28 de febrer de 2020

## Què vol dir l'aïllament domiciliari?

- ▶ L'aïllament domiciliari consisteix a **mantenir-se en el propi domicili** i no sortir a espais públics.
- ▶ L'objectiu fonamental de les mesures d'aïllament és **mantenir aïllat el virus i evitar-ne la propagació**.
- ▶ Els professionals sanitaris són els que decideixen si la persona és candidata a l'aïllament domiciliari, **avaluant els criteris clínics i les circumstàncies de l'entorn sanitari i social**.
- ▶ Els professionals sanitaris estaran en contacte amb la persona afectada i en faran el **seguiment**.
- ▶ La persona que estigui en situació d'aïllament podrà **seguir convivint amb les persones de la seva llar** i tots hauran de prendre les mesures que els indiquin els professionals sanitaris.



2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (23.2.2020)

Per a més informació, consulta [canalsalut.gencat.cat/coronavirus](http://canalsalut.gencat.cat/coronavirus) o truca al

**061** /Salut Respon



# Norma de salut i seguretat: Guia d'actuació davant del risc relacionat amb el Coronavirus SARS-CoV-2 i la malaltia COVID 19

Document 10. Cartell: Esvaïm inquietuts sobre el Coronavirus SARS-CoV-2

3 de març de 2020

## Esvaïm inquietuds sobre el coronavirus SARS-CoV-2

### Quin és el risc de contagiar-me amb el nou coronavirus?

En el dia d'avui, a Catalunya el risc de contagi és baix, inferior al risc de contagiar-se de la grip comuna o d'altres infeccions respiratòries pròpies de l'hivern.



### Què he de fer mentre duri l'aïllament?

En el cas que estigueu aïllats, no oblideu seguir les recomanacions específiques que us hagi indicat el professional sanitari per a vosaltres, el vostre cuidador i la família que viu amb vosaltres.



### Quin és el risc d'emmalaltir?

En cas de contagi, la malaltia molt probablement serà lleu (malestar general, febre i tos). Com passa amb la grip, en el cas d'emmalaltir per coronavirus SARS-CoV-2, la majoria de nosaltres la passem a casa, sense cap complicació.



### Calen mesures de protecció extraordinàries per evitar el contagi al carrer?

Recordeu, sobretot, que la millor manera d'evitar contagis, com en altres malalties infeccioses, és seguir les recomanacions següents:



Renteu-vos les mans sovint.



Si tossiu o esternudeu, tapeu-vos la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze i renteu-vos les mans de seguida.



Eviteu compartir menjar, estris i altres objectes sense netejar-los degudament.

### Què passa si m'han indicat aïllament al meu domicili?

L'objectiu fonamental de les mesures d'aïllament és evitar la propagació del nou coronavirus. L'OMS i la UE determinen la mesura d'aïllament per evitar que arribi a formar part del grup habitual d'infeccions respiratòries pròpies de l'hivern.



### És important complir amb l'aïllament?

Aïllar-se a casa amb símptomes lleus, per indicació mèdica és una responsabilitat que té la ciutadania per evitar el contagi d'amics i veïns.



### Es coneix bé el tipus de virus que és el coronavirus SARS-CoV-2?

El virus és tan nou que els científics estan investigant com es comporta. Encara que això pot generar inquietud, és important saber que moltes persones estan treballant-hi.



2020. © Govern de Catalunya. Servei Català de la Salut (3.3.2020)

Per a més informació, consulteu [canalsalut.gencat.cat/coronavirus](https://canalsalut.gencat.cat/coronavirus) o truqueu al

**061** / Salut Respon