

## **OBLIGACION DE INFORMAR LOS RIESGOS LABORALES (D.S. N°40)**

En el marco de la actual contingencia Covid-19, el presente documento tiene por objetivo contribuir a la actualización de la Obligación de Informar los Riesgos Laborales, según lo indica en el Artículo 21 del Decreto Supremo N° 40, Respecto de las medidas preventivas, para mitigar y controlar los factores de contagio y propagación del virus. Además, se incluye la obligación de informar los riesgos para la modalidad de teletrabajo o trabajo a distancia.

### **ANTECEDENTES GENERALES**

¿Cómo se contagia?

Cuando los coronavirus se transmiten en humanos, el contagio se produce generalmente por vía respiratoria, a través de las gotitas respiratorias que las personas producen cuando tosen, estornudan o hablan y por transmisión por contacto directo.

Como es sabido la supervivencia del virus sobre las distintas superficies, puede ser de varias horas, siendo un foco permanente de contagio entre los trabajadores y a través de estos a sus familias.

#### Síntomas

- Fiebre sobre 37,8° grados.
- Tos seca.
- Dificultad para respirar (a diferencia de un resfriado).
- Dolor de cabeza.
- Dolor de garganta.
- Pérdida del gusto.
- Pérdida del olfato.
- Diarrea.
- Dolor de pecho.
- Cansancio

Si la enfermedad no se trata a tiempo, estos síntomas pueden agravarse. Los síntomas se presentan leves y aumentan de forma gradual.

COVID-19		
RIESGOS	CONSECUENCIAS	MEDIDAS PREVENTIVAS
Exposición en general a agente Covid-19.	Contagio Covid-19 (CoronaVirus).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manténgase alerta a los síntomas del COVID-19: fiebre sobre 37,8°, tos, dificultad respiratoria (*), dolor de garganta, dolor muscular, dolor de cabeza.</li> <li>• (*) En caso de dificultad respiratoria acuda a un servicio de urgencia, de lo contrario llamar a SALUD RESPONDE. 600-360-7777 Opción 0.</li> <li>• En caso de presentar síntomas atribuibles a estar contagiado por Covid-19, no deberá asistir a la Universidad y deberá dar informar a su jefatura inmediatamente.</li> <li>• Deberá consultar inmediatamente a un médico, el cual evaluará la situación de salud y determinará la necesidad de realizar exámenes de detección de contagio de coronavirus.</li> </ul>
Exposición individual al agente Covid-19	Contagio Covid-19 (CoronaVirus).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En caso de sospecha que el posible contagio ocurrió en la Universidad o los síntomas se presenten en sus dependencias, deberá informar a la jefatura directa y Depto. de Prevención de Riesgos, para aplicar el protocolo correspondiente.</li> <li>• Dar cumplimiento a todas las medidas indicadas por la Universidad: como, por ejemplo: el control de acceso donde se procederá a chequear el uso de mascarilla, la correspondiente toma de temperatura, se consultarán datos personales y deberá realizar higienización de sus manos con alcohol gel, además de desinfectar el calzado en pediluvio correspondiente.</li> <li>• Recuerde Lavar frecuente y correctamente sus manos con agua y jabón y/o higienizarlas con alcohol gel.</li> <li>• Utilice mascarillas y elementos de protección personal de acuerdo con la</li> </ul>

		<p>actividad que desarrolla. Estos son de uso personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Al estornudar o toser recuerda cubrirte con el antebrazo o en pañuelo desechable.</li> <li>• Mantenga distancia física de 2 metros.</li> <li>• Evite tocarse con las manos los ojos, la nariz y la boca.</li> <li>• No comparta artículos de higiene, alimentación y otros elementos personales.</li> <li>• Evite saludar con la mano o dar besos, manteniendo la distancia física en todo momento.</li> <li>• Mantenga ambientes limpios y ventilados.</li> <li>• Evitar el uso de accesorios (anillos, pulsera u otros).</li> <li>• Participe de las capacitaciones y charlas en materia de prevención y salud mental relacionada al COVID19.</li> <li>• Al llegar a su hogar debe tomar los resguardos necesarios de higiene personal, consistente en la desinfección del calzado, el retiro y lavado de su ropa y se sugiere tomar una ducha con agua caliente.</li> </ul>
<p>Exposición en el lugar de trabajo al agente Covid-19.</p>	<p>Contagio Covid-19 (CoronaVirus).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantenga su espacio de trabajo ventilado. (Ventilación Natural, Circulación Natural del Aire).</li> <li>• Desinfecte regularmente las superficies de trabajo y los objetos e insumos tales como: escritorio, teléfono, teclado, útiles de escritorio, entre otros.</li> <li>• Adapte sus procesos de trabajo priorizando los medios tecnológicos, (reuniones, envío de documentación, otros de forma remota.) de no ser posible desinfectar frecuentemente el puesto de trabajo (idealmente cada vez que se finalice una atención de público).</li> </ul>

<p>Exposición al agente Covid-19, en reuniones en lugar de trabajo</p>	<p>Contagio Covid-19 (CoronaVirus).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prefiera reuniones no presenciales privilegiando el uso de medios tecnológicos. (Teams, Zoom, entre otros)</li> <li>• Si la reunión presencial no puede ser reemplazada por medios tecnológicos se deberá:             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reducir el número de Asistentes</li> <li>✓ Organizarla de manera que los participantes estén al menos a 2 metros de distancia entre sí.</li> <li>✓ Contar con acceso a lavado de manos o en su defecto, solución de alcohol gel.</li> <li>✓ Conservar datos como, por ejemplo: nombres, número telefónico de los participantes de la reunión durante al menos un mes.</li> <li>✓ Limpiar y desinfectar el lugar donde se realizó la reunión.</li> <li>✓ Evitar disponer de alimentos y bebidas para el consumo durante la reunión.</li> </ul> </li> </ul>
<p>Exposición a agente Covid-19, en funcionarios/as que se desempeñan en Atención de Público</p>	<p>Contagio Covid-19 (CoronaVirus).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguir todas las indicaciones del protocolo de atención de público por Covid -19 Institucional.</li> <li>• Utilice mascarilla y careta facial, sino cuenta con barrera física separadora.</li> <li>• Mantenga control en relación con el máximo de personas permitidas de acuerdo con el aforo. Promoviendo el distanciamiento físico.</li> <li>• Desinfectar frecuentemente sus manos y el puesto de trabajo (idealmente cada vez que se finalice una atención).</li> </ul>
<p>Exposición a agente Covid-19, funcionarios/as que se desempeñan como apoyo para el retiro de</p>	<p>Contagio Covid-19 (CoronaVirus).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilice elementos de protección personal requeridos para el desempeño de sus funciones, además de escudo facial y/o mascarilla o ambas según corresponda, Para prevenir el contagio de covid-19.</li> <li>• Mantenga en buenas condiciones los elementos de protección personal.</li> </ul>

residuos peligrosos, mantención y otros.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siga todas las indicaciones impartidas en los distintos protocolos correspondientes.</li> </ul>
Exposición en el lugar de trabajo a agente Covid-19 por labores de aseo y limpieza.	Contagio Covid-19 (CoronaVirus).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener espacios limpios y ventilados.</li> <li>• La limpieza y desinfección de los lugares de trabajo, deberá realizarse de acuerdo con protocolo de limpieza y desinfección.</li> <li>• Use los elementos de protección personal como corresponde.</li> <li>• Limpie regularmente las superficies y los objetos tales como: escritorios, mesas, teléfonos, teclados, casilleros, dispensadores de agua, etc.</li> <li>• Realice desinfección de vehículos institucionales y otros, cada vez que se realice traslado de personas.</li> <li>• Realice limpieza y desinfección de casino y comedor antes y después del uso de estos.</li> <li>• Refuerce la higiene de los baños con el fin de evitar la presencia de residuos y/o fluidos corporales.</li> <li>• Promueva el lavado de manos con agua y jabón a proveedores, visitas, personal externo, otros.</li> </ul>
Medidas aplicables a empresa externa.	Contagio Covid-19 (CoronaVirus).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguir todas las medidas sanitarias y de autocuidado indicadas por la autoridad sanitaria y las emanadas por parte de la Universidad.</li> </ul>
Exposición a agente Covid-19, en funcionarios que desempeñan en <b>Puntos de Entrada (auxiliares de portería)</b> , ya sea de manera	Contagio Covid-19 (CoronaVirus).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón o usar solución de alcohol gel</li> <li>• Usar mascarilla que cubra nariz y boca, si tendrá contacto directo con las personas que realice el ingreso a la universidad.</li> <li>• Recambiar la mascarilla cada vez que sea necesario.</li> <li>• Eliminar la mascarilla una vez retirada, húmeda o no y proceder a lavado de manos.</li> <li>• Eliminar la mascarilla en un basurero con tapa.</li> </ul>



<p>permanente o esporádica.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cubrir boca y nariz con pañuelo desechable o antebrazo al toser y estornudar. En el caso de usar pañuelos desechables, debe eliminarlos y posteriormente lavar las manos.</li> <li>• Seguir Protocolos e instructivos para evitar el contagio del Covid-19</li> </ul>
<p><b>Riesgo de Contraer enfermedades profesionales por Agente Biológico.</b> abores de Buceo y Labores de Aseo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contagio enfermedades virales (respiratorias, oftalmológicas, digestivas y/o Cutáneas) por parte del personal).</li> <li>• Contagio Covid-19 (CoronaVirus).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar campaña de aseo personal e higiene.</li> <li>• Realizar Capacitación vía learning, sobre orden y limpieza.</li> <li>• Mantener las instalaciones en tierra y mar, los equipos, vehículos y maquinarias, limpia y ordenadas.</li> <li>• Uso obligatorio de elementos protección personal recomendado (Guantes de Nitrilo, o Guantes desechables, Zapatos de seguridad, Marcadillas desechables, lentes de seguridad si fuese necesario).</li> <li>• Toda embarcación de acercamiento o habitabilidad de buzos debe aplicar el protocolo de limpieza y desinfección de ambientes definido por el Ministerio de Salud, Cuyo objetivo es proporcionar orientaciones para el proceso de limpieza y desinfección de espacios de uso público y lugares de trabajo.</li> <li>• Previo a efectuar la desinfección se debe ejecutar un proceso de limpieza de superficies, mediante la remoción de materia orgánica e inorgánica, usualmente mediante fricción, con la ayuda de detergentes, enjuagando posteriormente con agua para eliminar la suciedad por arrastre.</li> <li>• Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias, con la aplicación de productos desinfectantes a través del uso de rociadores, toallas, paños de fibra o microfibra o trapeadores, entre otros métodos.</li> <li>• Los desinfectantes de uso ambiental más usados son las soluciones de hipoclorito de sodio, (también se puede</li> </ul>

		<p>utilizar una concentración de etanol del 70%, en superficies que pueden ser dañadas por el hipoclorito de sodio), amonios cuaternarios, peróxido de hidrógeno y los fenoles, existiendo otros productos en que hay menor experiencia de su uso. Para los efectos de este protocolo, se recomienda el uso de hipoclorito de sodio al 0.1% (dilución 1:50 si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de Cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%. Más información, consultar el Protocolo de limpieza y desinfección de ambientes-COVID-19</p> <p><a href="https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/PROTOCOLO-DE-LIMPIEZA-DESINFECCI%C3%93N-DE-AMBIENTES-COVID-19.pdf">:https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/PROTOCOLO-DE-LIMPIEZA-DESINFECCI%C3%93N-DE-AMBIENTES-COVID-19.pdf</a></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• No compartir los elementos de protección personal, estos son de uso exclusivo para el cada funcionario que lo requieran. Esto incluye los elementos de protección personal utilizados por los buzos para el desempeño de sus funciones: máscaras de buceo (medio rostro o rostro completo), casco de buceo, traje de buceo (húmedo, semi-seco o seco), guantes, botines o calcetas, elementos relacionados con los sistemas de entrega de aire y/o comunicación: regulador, boquilla de succión, entre otros.</li></ul>
--	--	---

<b>TRABAJO A DISTANCIA O TELETRABAJO</b>		
<b>RIESGOS</b>	<b>CONSECUENCIAS</b>	<b>MEDIDAS PREVENTIVAS</b>
<p><b>Caída a nivel</b> (Tarea de distancia y teletrabajo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esguinces</li> <li>• Heridas</li> <li>• Fracturas</li> <li>• Contusiones</li> <li>• Lesiones Múltiples</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se deben atravesar cables, cordones eléctricos y/o telefónicos a ras de piso.</li> <li>• Queda prohibido balancearse en la silla de trabajo.</li> <li>• Mantener las vías de tránsito despejadas y en buen estado.</li> <li>• En el desplazamiento, mantener la vista en el camino.</li> </ul>
<p><b>Caídas a distinto nivel</b> (Tarea de distancia y teletrabajo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esguinces</li> <li>• Heridas</li> <li>• Fracturas</li> <li>• Contusiones</li> <li>• Lesiones Múltiples</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Para alcanzar objetos en altura prolongada, está prohibido el uso de pisos, sillas, muebles o cajones abiertos de un archivador para este fin.</li> <li>• El ascenso o descenso en una escala debe hacerlo siempre de frente a ella y afianzado con ambas manos.</li> <li>• Al utilizar una escala tipo tijeras, antes de subirse, cerciorarse de que esté completamente extendida y el separador bien afianzado.</li> <li>• Al bajar o subir por una escalera se deberá apoyar firmemente y con ambas manos.</li> </ul>
<p><b>Golpes y Tropiezos</b> (Tarea de distancia y teletrabajo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esguinces</li> <li>• Heridas</li> <li>• Fracturas</li> <li>• Contusiones</li> <li>• Lesiones Múltiples</li> <li>• Hematomas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En el desplazamiento, mantener la vista en el camino.</li> <li>• Mantener cerrado todo tipo de cajones que se encuentre en su domicilio, inmediatamente después de usar. No abrir demasiado los cajones, para que no se salgan de su sitio. No abrir un cajón por encima de la cabeza de alguien que esta agachado.</li> <li>• Abrir un solo cajón a la vez para evitar que el mueble se vuelque, especialmente los de arriba.</li> <li>• No se deben atravesar cordones eléctricos y/o telefónicos a ras de piso.</li> <li>• No obstruir con materiales los pasillos de tránsito.</li> <li>• Al bajar por una escala se deberá apoyar en el respectivo pasamano.</li> <li>• Utilizar calzado apropiado.</li> </ul>



<p><b>Digitación</b> (Tarea de distancia y teletrabajo)</p>	<p><b>Contractura de músculos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dorsales</li> <li>• Cuello</li> <li>• Lumbares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener un diseño ergonómico de la estación de trabajo de oficina (escritorio y silla principalmente).</li> <li>• Adoptar una posición adecuada y segura al sentarse y usar los mecanismos de regularización de la silla.</li> <li>• Utilizar apoya muñeca si es necesario.</li> <li>• Mantener los elementos de trabajo a mano.</li> </ul>
<p><b>Manejo de materiales</b> (Tareas en terreno, Distancia y Teletrabajo)</p>	<p><b>Circulatorias (dolor e inflamación de tendones y fibras musculares):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manos</li> <li>• Brazos</li> <li>• Antebrazos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener espacio suficiente para las piernas bajo la superficie de trabajo.</li> <li>• Mantener limpia la pantalla del computador y regule sus caracteres, de tal forma de no exigir innecesariamente la visión.</li> <li>• Hacer uso de apoya muñecas si es necesario.</li> <li>• Mantener iluminación incidental sobre la pantalla del computador.</li> <li>• Utilizar apoya documentos (atril) al mismo nivel de la pantalla y a la altura de los ojos (evite doblar la cabeza).</li> <li>• Realizar descanso y ejercicios cada 30 minutos de trabajo continuo.</li> </ul>
<p><b>Manejo de materiales</b> (Tareas en terreno, Distancia y Teletrabajo)</p>	<p><b>Lesiones por sobreesfuerzos</b> (Lumbagos)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No levantar más peso que lo reglamentario, 25 kg para los hombres y 20kg para las mujeres y menores de 18 años.</li> <li>• Para controlar dichos riesgos, se deben seguir los siguientes pasos:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Posición de los pies.</li> <li>b. Espalda recta, no vertical.</li> <li>c. Meter barbilla.</li> <li>d. Agarre palmar</li> <li>e. Brazos pegados al cuerpo.</li> <li>f. Usar músculos de las piernas.</li> </ol> </li> <li>• Si es necesario, se debe complementar los métodos manuales de trabajo con el uso de elementos auxiliares.</li> <li>• Utilizar los equipos de protección personal que la situación amerite (guantes, calzados de seguridad, etc.).</li> <li>• Todo funcionario debe tener en cuenta estas observaciones para evitar enfermedades a la columna.</li> </ul>

<p><b>Incidente en la Vía Pública:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Accidente de Trabajo</li> <li>• Accidente de Trayecto</li> </ul> <p><b>Traslado de las muestras PCR</b> ( Tarea en terreno)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esguinces</li> <li>• Heridas</li> <li>• Fracturas</li> <li>• Contusiones</li> <li>• Lesiones Múltiples</li> <li>• Muerte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respetar las señalizaciones de tránsito.</li> <li>• Cruzar la calzada solo por el paso para peatones, nunca cruzar entre dos vehículos detenidos o en movimientos.</li> <li>• Cuando transite, mantenga la vista en el camino y atento a las condiciones del lugar, evite caminar por zonas de peligro como: pavimentos irregulares, hoyos, piedras, pisos resbaladizos, grasa, derrames de aceite, etc.</li> <li>• No viajar en la pisadera del vehículo de la locomoción colectiva ni subir o bajar de estos cuando están en movimiento.</li> <li>• Al conducir un vehículo o como acompañante, usar siempre el cinturón de seguridad, respetando la reglamentación del tránsito y aplicando técnicas de conducción defensiva.</li> <li>• No correr en la vía pública.</li> <li>• Utilice calzado apropiado.</li> <li>• Uso obligatorio del pasamano cuando suba o baje escaleras.</li> </ul>
<p><b>Incendio</b> (Tarea de distancia y teletrabajo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quemaduras.</li> <li>• Asfixias.</li> <li>• Explosión.</li> <li>• Muerte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No fumar en áreas donde exista su prohibición.</li> <li>• Mantener orden y aseo en todas las áreas de trabajo.</li> <li>• No recargar o sobre cargar líneas de energía eléctrica.</li> <li>• Verificar que las conexiones eléctricas se encuentren en buen estado y con su conexión a tierra. (En Norma)</li> <li>• Evitar el almacenamiento de materiales combustibles, especialmente si estos son inflamables.</li> <li>• Evitar derrames de aceites, combustibles y otros que puedan generar incendios y/o explosiones.</li> <li>• Evitar trabajar con llama abierta en lugares próximo a materiales combustibles, si la situación lo requiere se debe ejecutar bajo supervisión.</li> <li>• Verificar la existencia de extintores, que se encuentren con carga, señalizado y acceso expedito.</li> </ul>

<b>Sobre tensión mental y psicológica.</b> (Tarea de distancia y teletrabajo)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tensión muscular.</li><li>• Opresión en el pecho.</li><li>• Falta o aumento de apetito.</li><li>• Fatiga.</li><li>• Cansancio mental</li><li>• Estrés Laboral</li><li>• Cansancio mental y psicológico.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pausas activas durante el horario de trabajo.</li><li>• Rotación de actividades.</li><li>• Planificación diaria, etc.</li></ul>
--	---	---

## ACTA TOMA DE CONOCIMIENTO

**Declaro haber sido instruido y capacitado sobre el RIESGO DE EXPOSICION AL AGENTE BIOLÓGICO COVID-19 por parte de la UNIVERSIDAD ARTURO PRAT.**


Nombre del funcionario .....

RUT.....

HUELLA

Fecha.....

Firma.....



**Distribución de entrega del ODI:**

- A) Original RRHH UNAP**
- B) Copia Unidad de Prevención.**