COVID-19: REGRESO AL LUGAR DE TRABAJO

Adaptación de los lugares de trabajo y protección de los trabajadores

© Unión Europea, 2020

Índice

Antecedentes y ámbito de aplicación de las directrices 2
Introducción 2
Actualizar la evaluación de riesgos y tomar las medidas adecuadas 3
Incluir a los trabajadores 7
Cuidar de los trabajadores que han estado enfermos 7
Planificar y aprender para el futuro 8
Mantenerse bien informado 8
Sectores y profesiones 8
- Construcción 9
- Mercado minorista 9
- Alimentos 10
- Transporte 10
- Mantenimiento y servicios domésticos 12
- Tiempo libre y actividades recreativas 13
- Educación 13
- Peluquería 13
- Servicios sanitarios y asistenciales 14
- Policía y centros penitenciarios 15
- Otros 16
- Recopilaciones nacionales (no exhaustivas) 17

Antecedentes y ámbito de aplicación de las directrices

Estas directrices no vinculantes pretenden ayudar a los empresarios y a los trabajadores a mantenerse seguros y sanos en un entorno de trabajo que ha cambiado significativamente debido a la pandemia de COVID-19. Facilitan recomendaciones sobre:

Evaluación de riesgos y medidas adecuadas

- minimizar la exposición a la COVID-19
- retomar el trabajo después de un periodo de cierre
- afrontar un índice elevado de absentismo
- gestionar a los trabajadores que trabajan desde casa

Incluir a los trabajadores

Cuidar de los trabajadores que han estado enfermos

Planificar y aprender para el futuro

Mantenerse bien informado

Información por sectores y profesiones

Estas directrices incluyen ejemplos de medidas generales que, en función de la situación laboral concreta, pueden ayudar a los empresarios a lograr un entorno de trabajo seguro, sano y adecuado al retomar la actividad.

Este documento facilita enlaces a la información pertinente de la EU-OSHA e incluye una lista de recursos de varias fuentes que se centran en determinados sectores y empleos. Es preciso recordar que la información de esta guía no incluye el contexto sanitario, para el que están disponibles recomendaciones específicas (por ejemplo, del ECDC, la OMS y los CDC).

Si tiene preguntas o dudas específicas que no se abordan en este documento, consulte la información de las autoridades locales, como el servicio de salud o la inspección de trabajo.

Introducción

Tras la pandemia de enfermedad por el nuevo coronavirus de 2019 (COVID-2019), la mayoría de Estados miembros de la Unión Europea (UE) han aplicado varias medidas, incluidas las que afectan a los lugares de trabajo, para luchar contra la propagación de la enfermedad. El mundo laboral se ha visto gravemente afectado durante esta crisis, por lo que, todos los segmentos de la sociedad, incluidas las empresas, los empresarios y los interlocutores sociales, deben actuar para proteger a los trabajadores, sus familias y a la sociedad en general.

La naturaleza y el alcance de las restricciones, como la suspensión de las actividades no esenciales, difieren entre los Estados miembros y los sectores, pero una proporción significativa de los trabajadores o bien tiene que trabajar desde casa, o bien, si su trabajo no se puede realizar a distancia, debe permanecer en casa, con frecuencia con una solución de sustitución de ingresos.

Una vez que las medidas de distanciamiento social logren una reducción suficiente de los índices de transmisión de la COVID-19, las administraciones nacionales autorizarán que se retome gradualmente la actividad laboral. Este proceso se está llevando a cabo por pasos: el trabajo que se considera esencial para la protección de la salud y la economía es el que se autoriza primero y el trabajo que se puede realizar eficazmente desde casa, al final. Sin embargo, independientemente de cómo y en qué medida se retomen las actividades laborales normales, es muy probable que algunas medidas se mantengan durante un tiempo para evitar el incremento pronunciado de los índices de infección (COVID-19: orientación para el lugar de trabajo). Asimismo, también es posible que un aumento de las infecciones en algún punto del futuro requiera que se reintroduzcan medidas restrictivas en algunos casos.

La crisis de la COVID-19 somete a presión a los empresarios y los trabajadores, que han tenido que aplicar nuevos procedimientos y prácticas en muy poco tiempo o suspender su trabajo y actividades empresariales. Las medidas de salud y seguridad en el trabajo ofrecen apoyo práctico para la vuelta al

lugar de trabajo: unas medidas preventivas adecuadas ayudarán a volver al trabajo de una forma segura y saludable después de la relajación de las medidas de distanciamiento social y también contribuyen a contener la transmisión de la COVID-19.

Actualizar la evaluación de riesgos y tomar las medidas adecuadas

Del mismo modo que en condiciones normales, la identificación y la evaluación de riesgos en los entornos de trabajo físicos y físico-sociales es el punto de partida para gestionar la salud y seguridad en el trabajo bajo las medidas contra la COVID-19. Las empresas están obligadas a revisar su evaluación de riesgos cuando se produce un cambio en el proceso de trabajo y a tener en consideración todos los riesgos, incluidos los que afectan a la salud mental. Al revisar la evaluación de riesgos, fíjese en cualquier anomalía o situación que cause problemas y la forma en que puede ayudar a que la organización sea más resiliente a largo plazo. Recuerde la importancia de contar con la participación de los trabajadores y sus representantes en la revisión de la evaluación de riesgos y consulte a su especialista en prevención de riesgos o salud en el trabajo si tiene uno. Para realizar su evaluación, obtenga información actualizada de las autoridades públicas sobre la prevalencia de la COVID-19 en su zona. Una vez que se haya actualizado la evaluación de riesgos, el siguiente paso es elaborar un plan de acción con medidas adecuadas. A continuación se facilitan varios ejemplos de cuestiones relacionadas con la COVID-19 que deben tenerse en cuenta al elaborar este plan de acción.

Minimizar la exposición a la COVID-19 en el trabajo

La aplicación de prácticas para un trabajo seguro para limitar la exposición a la COVID-19 en el trabajo requiere, en primer lugar, evaluar los riesgos y después aplicar la jerarquía de controles. Esto significa aplicar medidas de control para eliminar primero el riesgo y, si esto no es posible, minimizar la exposición de los trabajadores. Empiece primero con medidas colectivas y, si fuera necesario, compleméntelas con medidas individuales, como equipos de protección individual (EPI). A continuación, se facilitan algunos ejemplos de medidas de control, no obstante, no todas serán aplicables a todos los lugares de trabajo o empleos debido a su naturaleza.

- Realice solo el trabajo esencial en este momento; es posible que pueda posponerse parte del trabajo a un momento en el que el riesgo sea menor. Si es posible, ofrezca servicios de forma remota (por teléfono o vídeo), en lugar de en persona. Asegúrese de que solo los trabajadores que son esenciales para el trabajo estén presentes en el lugar de trabajo y minimice la presencia de terceros.
- Reduzca, en la mayor medida posible, el contacto físico entre los trabajadores (por ejemplo, durante las reuniones o los descansos). Aísle a los trabajadores que puedan realizar sus tareas solos de forma segura y que no requieran equipos especializados o maquinaria que no se pueda mover. Por ejemplo, cuando sea posible, habilíteles una oficina, sala de personal, cantina o una sala de reuniones que estén libres para que trabajen solos. Si es posible, pida a los trabajadores vulnerables, como personas mayores o con enfermedades crónicas (por ejemplo, personas con hipertensión, problemas pulmonares o cardíacos, diabetes o que se estén sometiendo a un tratamiento contra el cáncer u otro tratamiento inmunosupresor) y trabajadoras embarazadas, que trabajen desde casa. Los trabajadores con familiares cercanos de alto riesgo también es posible que deban teletrabajar.
- Elimine, y si no fuera posible, limite, la interacción física con y entre clientes. Por ejemplo, mediante pedidos en línea o por teléfono, entrega sin contacto o control de entrada (evitando también las aglomeraciones en el exterior), y distanciamiento social tanto dentro como fuera de las instalaciones.
- Para el reparto de mercancías, realice la recogida o la entrega fuera de las instalaciones. Facilite recomendaciones a los conductores sobre higiene en el vehículo y suminístreles gel y toallitas de saneamiento adecuados. Se debe permitir el acceso del personal de reparto a instalaciones como aseos, cafeterías, vestuarios y duchas, si bien con las precauciones

adecuadas (por ejemplo, permitiendo la entrada de un solo usuario cada vez y con una limpieza regular).

- Coloque una barrera impermeable entre los trabajadores, especialmente si no es posible que mantengan una distancia de dos metros entre ellos. Las barreras pueden estar destinadas originalmente a esta función o improvisarse con elementos como láminas de plástico, mamparas, cajones móviles o unidades de almacenamiento. Los elementos que no son compactos o presentan huecos, como plantas en macetas o carritos, o que supongan un nuevo riesgo, por ejemplo de tropiezo, u objetos que puedan caer, deben evitarse. Si no se puede utilizar una barrera, debe dejarse un espacio adicional entre los trabajadores, por ejemplo, asegurando que haya al menos dos escritorios libres a cada lado.
- Si el contacto cercano es inevitable, debe restringirse a menos de 15 minutos. Reduzca el contacto entre las diferentes partes de la empresa al principio y al final de los turnos. Organice el horario de las pausas para comer para reducir el número de personas que coinciden en una cafetería, sala de personal o cocina. Asegúrese de que haya un solo trabajador cada vez en las duchas y vestuarios. Coloque un rótulo en la puerta principal para indicar que uno de los baños está ocupado para asegurar que solo entre una persona cada vez. Organice los turnos teniendo en cuenta las tareas de limpieza y saneamiento.
- Facilite agua y jabón o un desinfectante de manos adecuado en lugares prácticos y aconseje a sus trabajadores que se laven las manos con frecuencia. Limpie sus instalaciones con frecuencia, especialmente los mostradores, los pomos de las puertas, las herramientas y otras superficies que las personas toquen frecuentemente y facilite una buena ventilación si es posible.
- Evite una carga de trabajo excesiva para el personal de limpieza, tomando medidas adecuadas como asignar más personal a las tareas y pedir a los trabajadores que dejen limpios sus espacios de trabajo. Facilite a los trabajadores pañuelos desechables y papeleras con una bolsa de plástico para poderlas vaciar sin entrar en contacto con el contenido.
- Si ha identificado un riesgo de infección a pesar de haber aplicado todas las medidas de seguridad factibles, entonces facilite todos los EPI necesarios. Es importante formar a los trabajadores en el uso correcto de los EPI, asegurándose de que siguen las directrices disponibles sobre el uso de mascarillas y guantes.
- Coloque rótulos que animen a los trabajadores a quedarse en casa cuando estén enfermos, con normas a seguir en caso de tos o estornudos e higiene de las manos, en la entrada del lugar de trabajo y en otras zonas donde sean visibles.
- Facilite a los trabajadores el uso de transporte individual en vez de colectivo, por ejemplo, habilitando espacios de aparcamiento o un lugar para guardar bicicletas de forma segura y anímeles a desplazarse a pie para ir a trabajar, si fuera posible.
- Aplique políticas de baja flexible y trabajo remoto para limitar la presencia en el lugar de trabajo, cuando sea necesario.

Consulte el documento COVID-19: orientación para el lugar de trabajo para obtener más información sobre cómo preparar el lugar de trabajo frente a la COVID-19, indicaciones sobre qué hacer si una persona con COVID-19 ha estado en el lugar de trabajo y recomendaciones sobre desplazamientos y reuniones. Hay información disponible para los trabajadores transfronterizos o extranjeros desplazados (personas que trabajan en un país y regresan regularmente al país en el que residen).

Retomar el trabajo después de un periodo de cierre

Si su lugar de trabajo ha sido cerrado durante un tiempo por motivos relacionados con la COVID-19, trace un plan para la vuelta al trabajo que tenga en cuenta la salud y la seguridad. En su plan debe tener en cuenta lo siguiente:

- Actualice su evaluación de riesgos según se ha descrito anteriormente y consulte el documento COVID-19: orientación para el lugar de trabajo.

- Adapte la distribución del lugar de trabajo y la organización del trabajo para reducir la transmisión de la COVID-19 antes de retomar plenamente la actividad y de que todos los trabajadores regresen al lugar de trabajo. Considere la opción de retomar el trabajo por etapas para que se puedan realizar las adaptaciones. Asegúrese de informar a los trabajadores sobre los cambios y facilíteles nuevos procedimientos y formación, si fuera necesario, antes de que vuelvan al trabajo.
- Póngase en contacto con su servicio de salud en el trabajo y su asesor sobre salud y seguridad si tiene acceso a uno y comente su plan con ellos.
- Preste especial atención a los trabajadores de alto riesgo y prepárese para proteger a los más vulnerables, como personas mayores y con enfermedades crónicas (como hipertensión, problemas pulmonares o cardíacos, diabetes o que se estén sometiendo a un tratamiento contra el cáncer u otro tratamiento inmunosupresor) y las trabajadoras embarazadas. Tenga en cuenta también a los trabajadores con familiares cercanos de alto riesgo.
- Considere la posibilidad de ofrecer apoyo a los trabajadores que puedan tener ansiedad o estrés. Por ejemplo, los supervisores pueden preguntar con frecuencia a los trabajadores por su estado, se pueden facilitar intercambios o acercamientos entre compañeros, realizar cambios en la organización y las tareas de trabajo, así como programas de asistencia o servicio de coaching, y facilitar el contacto con un servicio de salud y seguridad en el trabajo. Sea consciente de que es posible que los trabajadores hayan vivido acontecimientos traumáticos, como una enfermedad grave o la muerte de un familiar o amigo, o que tengan dificultades económicas o problemas en sus relaciones personales.
- Los trabajadores que vuelvan al trabajo después de un periodo de aislamiento, ya sea como medida individual o como parte de un aislamiento colectivo, es probable que estén preocupados, especialmente sobre el riesgo de infección. Estas preocupaciones, especialmente si ha habido cambios en el trabajo, pueden producir estrés y problemas de salud mental. Cuando se aplican medidas de distanciamiento social, estos problemas son más probables, ya que, además, los mecanismos de supervivencia, como el espacio personal o el hecho de compartir los problemas con otras personas, no están disponibles (véase el documento Regresar al trabajo después de una baja por enfermedad debido a problemas de salud mental). Facilite información a los trabajadores sobre las fuentes públicas disponibles de asistencia y asesoramiento. Mental Health Europe tiene información sobre cómo cuidar de su salud mental y hacer frente a la amenaza de la COVID-19.
- Los trabajadores pueden estar preocupados por una mayor probabilidad de infección en el lugar de trabajo y es posible que no quieran regresar. Es importante entender sus preocupaciones, facilitar información sobre las medidas tomadas y la asistencia a su disposición.

Afrontar un índice elevado de absentismo

En función de los índices de infección en su zona y los protocolos en vigor, muchos de sus trabajadores se ausentarán debido a la COVID-19. Si un trabajador está aislado en casa como precaución, tal vez pueda continuar el trabajo de forma remota (véase a continuación) o, si este no fuera el caso, es posible que no pueda trabajar durante un tiempo.

Los trabajadores en los que se ha confirmado la COVID-19 se ausentarán y no podrán trabajar durante un tiempo significativamente más prolongado, y aquellos en los que la enfermedad llegue a ser grave requerirán un periodo de rehabilitación adicional una vez curados de la infección. Además, es posible que algunos trabajadores deban ausentarse para cuidar de un familiar.

- La ausencia de un número significativo de trabajadores, aunque solo sea temporal, puede suponer una sobrecarga en las actividades en curso. Si bien los trabajadores disponibles deben ser flexibles, es importante que no se encuentren en una situación que ponga en riesgo su salud o seguridad. Mantenga la carga de trabajo adicional lo más baja posible y asegúrese de que no dure demasiado. Los supervisores directos tienen un papel importante a la hora de

supervisar la situación y garantizar que los trabajadores no estén sobrecargados. Respete las normas y acuerdos sobre horarios de trabajo y periodos de descanso y conceda a los trabajadores el derecho a desconectar del trabajo.

- Al adaptar el trabajo para hacer frente a una reducción del personal, por ejemplo, aplicando nuevos métodos y procedimientos y cambiando funciones y responsabilidades, considere si el personal necesita formación y apoyo adicionales y asegúrese de que todos los trabajadores estén capacitados para realizar la tarea que deben llevar a cabo.
- Forme a los trabajadores para realizar funciones esenciales de manera que el lugar de trabajo pueda seguir funcionando pese a la ausencia de trabajadores clave.
- Si el personal es temporal, es importante que informe a los trabajadores sobre los riesgos en el lugar de trabajo y les facilite la formación que pudiera ser necesaria.

Gestionar a los trabajadores que trabajan desde casa

Como parte de las medidas de distanciamiento social aplicadas en la mayoría de los Estados miembros, se anima o se obliga a los trabajadores a trabajar desde casa si la naturaleza de su trabajo lo permite. Para muchos de estos trabajadores, es la primera vez que «teletrabajan» y es probable que su entorno de trabajo sea deficiente en muchos aspectos en comparación con su lugar de trabajo. La medida en que el entorno domiciliario pueda adaptarse variará en función de la situación del trabajador y el tiempo y los recursos disponibles para las adaptaciones.

Para más información sobre la salud y la seguridad en el trabajo desde casa puede consultar aquí, pero dicha información está dirigida en mayor medida a las personas que teletrabajan con regularidad o a largo plazo. A continuación se facilitan algunas sugerencias para minimizar los riesgos para los trabajadores que no han podido preparar adecuadamente su lugar de trabajo en casa.

- Realice una evaluación de riesgos junto con los teletrabajadores y sus representantes.
- Permita que los trabajadores se lleven a casa de forma temporal los equipos que utilizan normalmente para trabajar (si no pueden ir a buscarlos ellos mismos, considere la posibilidad de enviárselos). Esto incluye artículos como ordenadores, monitores, teclados, ratones, impresoras, sillas, reposapiés o lámparas. Elabore un registro de a quién se asigna cada uno de estos artículos para evitar confusiones cuando se retome el trabajo normal.
- Facilite a los teletrabajadores directrices sobre cómo instalar una estación de trabajo en casa con buenas medidas ergonómicas, como una buena postura y movimiento frecuente, en la medida de lo posible.
- Anime a los trabajadores a realizar descansos regulares (aproximadamente cada 30 minutos) para levantarse, moverse y hacer estiramientos.
- Facilite asistencia a los teletrabajadores en el uso de equipos de TI y software. Las herramientas de tele y videoconferencia pueden ser esenciales para el trabajo, pero problemáticas para los trabajadores que no están acostumbrados a usarlas.
- Asegúrese de que existe una buena comunicación en todos los niveles y que incluya a las personas que trabajan desde casa. Esto incluye desde información estratégica facilitada por la alta dirección hasta las obligaciones de los supervisores directos, sin olvidar la importancia de la interacción social habitual entre compañeros. Mientras que la primera puede solucionarse mediante reuniones virtuales programadas, esta última se puede promover mediante chats en línea o «cafés virtuales».
- No subestime el riesgo de que los trabajadores se sientan aislados y bajo presión, lo cual, en ausencia de apoyo, puede dar lugar a problemas de salud mental. La comunicación eficaz y el apoyo del supervisor y los compañeros, así como la posibilidad de mantener un contacto informal con los compañeros son importantes. Considere la posibilidad de celebrar reuniones de personal o de equipo regulares en línea o establezca turnos rotativos para los empleados que puedan estar presentes en el lugar de trabajo si se ha iniciado una vuelta escalonada al trabajo.
- Sea consciente de que el trabajador puede tener una pareja que también teletrabaje o hijos que puedan necesitar cuidados al no ir a la escuela o deban conectarse de forma remota para

continuar con sus estudios. Otros tal vez tengan que cuidar de personas mayores o con enfermedades crónicas y a los que están confinados. En estas circunstancias, los supervisores tendrán que ser flexibles en términos de horarios de trabajo y productividad del personal y deberán transmitir a los trabajadores su comprensión y flexibilidad.

- Ayude a los trabajadores a establecer límites saludables entre el trabajo y el ocio, comunicándoles claramente cuándo se espera que trabajen y estén disponibles.

Incluir a los trabajadores

La participación de los trabajadores y sus representantes en la gestión de la salud y la seguridad en el trabajo es clave para el éxito y una obligación legal. Esto se aplica también a las medidas tomadas en los lugares de trabajo en relación con la COVID-19, una época en la que los acontecimientos se suceden rápidamente, con un nivel elevado de incertidumbre y ansiedad entre los trabajadores y la población en general.

Es importante que consulte a sus trabajadores o a sus representantes y a los representantes de salud y seguridad a tiempo sobre los cambios previstos y la forma en que los procesos temporales se llevarán a la práctica. Incluir a los trabajadores en la evaluación de riesgos y el desarrollo de soluciones es una parte importante de unas buenas prácticas para la salud y la seguridad. Los representantes y comités para la salud y la seguridad se encuentran en una posición única para ayudar a diseñar medidas preventivas y garantizar que se apliquen con éxito.

Piense también en la forma de garantizar que los trabajadores de agencia y los contratistas tengan acceso a la misma información que los empleados directos.

Cuidar de los trabajadores que han estado enfermos

Según la Organización Mundial de la Salud, los síntomas más frecuentes de la COVID-19 son fiebre, fatiga y tos seca. Algunas personas se infectan pero no desarrollan síntomas y no tienen malestar. La mayoría de las personas (aproximadamente el 80 %) se recupera de la enfermedad sin necesidad de un tratamiento especial. Aproximadamente una de cada seis personas con la COVID-19 presenta enfermedad grave y dificultades para respirar. Las personas mayores y aquellas con problemas médicos subyacentes, como hipertensión, problemas cardíacos o diabetes, es más probable que desarrollen la enfermedad grave.

Las personas que han tenido una enfermedad grave requieren una consideración especial, incluso después de haber sido declaradas aptas para trabajar. Existen indicios de que los pacientes con coronavirus pueden presentar una menor capacidad pulmonar después de un episodio de la enfermedad. Es posibles que los trabajadores en esta situación requieran una adaptación del trabajo y tiempo de excedencia para someterse a fisioterapia. Los trabajadores que han estado en cuidados intensivos pueden enfrentarse a dificultades específicas. El médico del trabajador y el servicio de salud en el trabajo, si está disponible, deben facilitar recomendaciones sobre la forma y el calendario de regreso al trabajo:

- ***Debilidad muscular.*** Es más grave cuanto más prolongada es la estancia en cuidados intensivos. Esta menor capacidad muscular también se manifiesta, por ejemplo, en forma de síntomas respiratorios. Otro fenómeno frecuente pero menos reconocido es el síndrome poscuidados intensivos (PICS). Se calcula que se produce en el 30-50 % de las personas ingresadas en cuidados intensivos y es comparable al trastorno por estrés postraumático.
- ***Problemas de memoria y concentración.*** Estas molestias con frecuencia solo se desarrollan con el tiempo. Una vez que la persona empieza a trabajar, este síntoma no siempre es reconocible. Los síntomas visibles en el trabajo son problemas de memoria y concentración, dificultad para realizar las tareas de forma satisfactoria y menor capacidad de resolución de problemas. Por este motivo es importante estar alerta si sabe que alguien ha

estado en cuidados intensivos. Recibir una buena orientación es muy importante, ya que para algunos trabajadores es difícil recuperar su nivel de rendimiento previo.

- ***Tiempo prolongado para retomar el trabajo.*** Los datos muestran que entre una cuarta parte y un tercio de las personas en cuidados intensivos pueden desarrollar problemas, independientemente de la edad. Aproximadamente la mitad de los pacientes necesitan un año para volver al trabajo y hasta un tercio pueden no volver nunca.

Los médicos y servicios sanitarios de empresa son los más indicados para facilitar asesoramiento sobre cómo ocuparse de los trabajadores que han estado enfermos y las adaptaciones necesarias en su trabajo. Si no dispone de un servicio de salud en la empresa, es importante abordar estas cuestiones con tacto y respetar la privacidad y confidencialidad de los trabajadores.

Sea consciente de que los trabajadores enfermos de COVID-19 pueden sufrir estigma y discriminación.

Planificar y aprender para el futuro

Es importante elaborar o actualizar los planes de contingencia ante la crisis para los acontecimientos de cierre y arranque en el futuro, según se describe en el documento COVID-19: orientación para el lugar de trabajo. Incluso las pequeñas empresas pueden elaborar una lista de comprobación para prepararse en caso de que se produzcan estos acontecimientos en el futuro.

Las empresas que han utilizado el teletrabajo por primera vez pueden contemplar la opción de adoptarlo como una práctica de trabajo moderna y a largo plazo. La experiencia adquirida durante la pandemia de COVID-19 puede servir para desarrollar una política y unos procedimientos de teletrabajo o revisar los existentes.

Mantenerse bien informado

La cantidad de información relacionada con la COVID-19 puede ser abrumadora y puede ser complicado diferenciar los datos fiables y precisos de los vagos y engañosos. Compruebe siempre que la fuente original de la información esté consolidada y sea de reputación. Las fuentes de información oficiales sobre la COVID-19 son:

- Organización Mundial de la Salud
- Centro Europeo para la Prevención y el Control de las Enfermedades
- Comisión Europea
- Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo

A medida que las medidas de distanciamiento social empiecen a relajarse, es posible que se publique información específica sobre sectores, comunidades o grupos específicos y que se actualice con frecuencia. En su país, los ministerios de salud y trabajo tendrán la información pertinente y pueden facilitarle enlaces a fuentes más especializadas.

Sectores y profesiones

Las personas con empleos que requieran un contacto físico con muchas otras personas tienen el mayor riesgo de contraer la COVID-19. Aparte de los trabajadores sanitarios y del ámbito asistencial, los trabajadores esenciales que presentan un mayor riesgo son, por ejemplo, los que participan en el suministro y el comercio minorista de alimentos, la recogida de residuos, las empresas de servicios públicos, la policía y la seguridad y el transporte público.

Del mismo modo que algunos países han restringido el trabajo en algunos sectores antes que en otros (normalmente se han suspendido la educación y las actividades recreativas y de tiempo libre primero, y la industria y la construcción al final), el regreso al trabajo tras la relajación de las medidas podrá escalonarse de forma similar, si bien en el orden inverso. Se dispone de orientaciones específicas por sectores en relación con la COVID-19 de diversos países. A continuación se presenta una selección.

Consulte los sitios web de la EU-OSHA o su autoridad o instituto nacional de salud y seguridad en el trabajo para más ejemplos.

Construcción

- Bélgica – obras de construcción de autopistas (FR)
- Austria – construcción (DE)
- Dinamarca – edificación y construcción (EN)
- Francia – construcción (FR)
- Francia – construcción (FR)
- Alemania – edificación y construcción (DE)
- Alemania – artesanos (DE)
- Italia – edificación y construcción (IT)
- España – construcción (ES)
- Reino Unido – construcción (EN)
- Australia – edificación y construcción (EN)
- Canadá – construcción (EN)
- ISSHCO – construcción (EN, DE, FR, PT, EL)

Mercado minorista

- Austria – empresas minoristas (DE)
- Francia – cajeros (FR)
- Francia – comercios minoristas (FR)
- Alemania - cajeros (DE)
- Alemania – comercio minorista de alimentos y restauración (DE)
- Irlanda – empresas y sectores minoristas (EN)
- Países Bajos – mercado minorista (NL, EN)
- España – actividad comercial a distancia (ES)
- España – ópticas (ES)
- España – ortopedias (ES)
- España – supermercados (ES)
- España – pequeño comercio (ES)
- España – supermercados y comercios minoristas de alimentación (ES)
- España – farmacias (ES)
- España – farmacias (ES)
- España – tintorerías (ES)

Mercado minorista

- Australia – trabajo minorista (EN)
- Canadá – mercado minorista (EN)

Alimentos

- Austria – manipulación de alimentos (DE)
- Austria – agricultura – trabajadores procedentes del extranjero (DE)
- Francia – panaderías (FR)
- Francia – agricultura (FR)
- Francia – ganadería (FR)
- Francia – trabajadores estacionales (FR)
- Francia – catering y comida para llevar (FR)
- Francia – trabajo en mataderos (FR)
- Francia – centros de trabajo agrícola (FR)
- Francia – venta directa en explotaciones agrícolas (FR)
- España – agricultura, ganadería y pesca (ES)
- España – pesca, ganadería e industria alimentaria (ES)
- España – ganadería e industria alimentaria (ES)
- España – industria alimentaria (ES)
- España – buques de pesca (ES)
- Australia – agricultura (EN)
- Australia – fabricación y procesamiento de alimentos (EN)
- Canadá – procesamiento de alimentos (EN)
- Reino Unido – empresas alimentarias (EN)
- OMS – empresas alimentarias (EN)
- OIT – agricultura y seguridad alimentaria (EN)
- OIT – mercado minorista de alimentos (EN)

Transporte

- Bélgica – aviación (FR)
- Bélgica – navegación (FR)
- Bélgica – telecomunicaciones y correos (FR)
- Bélgica – permiso de conducir y control técnico (FR)
- Dinamarca – transporte de alimentos (DK)

Transporte
Finlandia – conductores de transporte público (FI, SV, EN)
Finlandia – buques de carga (EN)
Francia – entregas (FR)
Francia – empresas de transporte de fondos y manipulación de objetos de valor (FR)
Francia – transporte de mercancías y servicios de logística
Francia – garajes (FR)
Francia – estaciones de servicio (FR)
Alemania – transporte (DE)
Alemania – mensajería para muestras de diagnóstico (DE)
Alemania – taxi (DE)
Alemania – autobús (DE)
Alemania – navegación interior (DE)
Alemania – vías navegables internas (DE)
Alemania – vías navegables y transporte marítimo (DE)
Alemania – contenedores marítimos (DE)
Alemania – transporte marítimo (DE)
Alemania – transporte aéreo (DE)
Alemania – correos y entrega de paquetería (DE)
Italia – transporte (IT)
Países Bajos – transporte y logística (NL)
Países Bajos – transporte y logística (NL)
España – transporte y movilidad (ES)
España – pesca (ES)
España – transporte, reparto, carga y descarga de mercancías (ES)
España – cargadores (ES)
España – transporte y logística (ES)
España – transporte - tiempos de conducción y descanso en los transportes de mercancías (ES)
España – Preguntas frecuentes para conductores (ES)
España – distribución de mascarillas en el transporte terrestre (ES)
España – logística e infografía (ES)
España – logística (ES)
España - desinfección de vehículos e higiene para los conductores (ES)
España - guía rápida sobre la desinfección de vehículos e higiene para los conductores (ES)
España – vídeo sobre la desinfección de vehículos (ES)

Transporte

- España – personal de reparto (ES)
- UE (EASA) – aeronaves y aeropuertos (EN)
- UE (EASA) – helicópteros (ES)
- UE (EMSA) – transporte marítimo (EN + otros)
- Australia – transporte de mercancías por carretera (EN)
- Australia – almacenes y logística (EN)
- Australia – conductores de reparto (EN)
- Australia – taxis y uso compartido de vehículos (EN)
- Canadá – entrega a domicilio y servicios de mensajería (EN)
- Canadá – líneas aéreas y personal de tierra (EN)
- Reino Unido – conducción y seguridad vial (EN)
- Reino Unido – transporte marítimo y puertos marítimos (EN)
- Reino Unido – sector de transportes (EN)
- Reino Unido – transportes de mercancías (EN)
- EE. UU. – servicio de atención al cliente y check-in en los aeropuertos (EN)
- EE. UU. – gestores de carga y equipajes en los aeropuertos (EN)
- EE. UU. – trabajadores de asistencia a los pasajeros en el aeropuerto (EN)
- EE. UU. – operadores de transporte por autobús (EN)
- EE. UU. – operadores de transporte ferroviario (EN)
- EE. UU. – trabajadores de estaciones de tránsito (EN)
- OIT – transporte marítimo y pesca (EN)
- OIT – aviación civil (EN)
- IRU – transportistas de mercancías (EN)

Mantenimiento y servicios domésticos

- Bélgica – recogida de residuos domésticos (FR)
- Bélgica – recogida de residuos (FR)
- Francia – jardinería (FR)
- Francia – jardinería de mercado (FR)
- Francia – mantenimiento (FR)
- Francia – residuos domésticos (FR)
- Francia – lavandería industrial (FR)
- Francia – agentes de mantenimiento (FR)
- Francia – fontanería – instalaciones higiénicas (FR)
- Francia – trabajo en localización de averías - intervención en el domicilio (FR)
- Alemania – comerciantes (DE)

Mantenimiento y servicios domésticos

- Alemania – recogida de residuos (FR)
- Alemania – recogida de residuos de instalaciones sanitarias (DE)
- España – gestión de residuos (ES)
- Australia – servicios domésticos (EN)
- Reino Unido – limpieza de entornos no sanitarios (EN)
- EE. UU. – trabajadores de mantenimiento del tráfico (EN)
- EE. UU. – trabajadores de mantenimiento de aeronaves (EN)

Tiempo libre y actividades recreativas

- Bélgica – navegación y deportes náuticos (FR)
- Bélgica – pesca y caza (FR)
- Francia – hípica (FR)
- Francia – recepcionistas o porteros de noche (FR)
- Francia – empleados domésticos (FR)
- Finlandia – industria de servicios (FI, SV, EN)
- Alemania - telecomunicaciones (DE)
- España – turismo (ES)
- Canadá – restaurantes y servicios alimentarios (EN)
- OMS – hoteles y pensiones (EN)
- OIT – turismo (EN)

Educación

- Australia – guarderías y centros de preescolar (EN)
- Reino Unido – contextos educativos (EN)
- EE. UU. – escuelas y guarderías (EN)
- EE. UU. – escuelas universitarias y universidades (EN)
- OMS – escuelas (EN)
- OIT – educación (EN)

Peluquería

- Austria – peluquerías (DE)
- Francia – peluquerías (FR)
- Alemania – peluquerías (DE)
- España – peluquerías (ES)
- Suiza – peluquerías (DE, FR, IT)

Peluquería

- Australia – peluquerías (EN)

Servicios sanitarios y asistenciales

- Austria – medidas de preparación en hospitales (DE)
- Austria – medidas de protección en hospitales (DE)
- Austria – obstetricia (DE)
- Austria – médicos de cabecera (DE)
- Austria – vacunas (DE)
- Austria – asistencia sanitaria en residencias (DE)
- Austria – cuidadores en servicios de asistencia 24 horas (DE)
- Austria – EPI para la atención y el apoyo (DE)
- Austria – tipos de mascarillas y protección para la nariz (DE)
- Austria – donaciones de sangre y tejidos (DE)
- Austria – salud mental para los trabajadores sanitarios (DE)
- Austria – salud mental para la población general (DE)
- Austria – salud mental para los progenitores y los cuidadores de niños (DE)
- Austria – salud mental para los directores y líderes de equipo en instalaciones sanitarias (DE)
- Alemania – servicios de ambulancia y de emergencias no médicas (DE)
- Italia – trabajadores sanitarios (IT)
- España – servicios sociales (ES)
- España – residencias de atención a personas mayores (ES)
- España – asistencia domiciliaria (ES)
- España – auxiliares de asistencia domiciliaria (ES)
- España – residencias con asistencia médica y centros de servicios sociales residenciales (ES)
- España – sanidad: gestión de residuos (ES)
- España – sanidad (ES)
- España – profesionales sanitarios y de asistencia social (ES)
- España – gestión de pacientes (ES)
- España – emergencias (ES)
- España – unidades de cuidados intensivos (ES)
- España – mujeres embarazadas y recién nacidos (ES)
- España – atención pediátrica (ES)
- España – atención primaria (ES)
- España – unidades de diálisis (ES)

Servicios sanitarios y asistenciales

- España – manejo de cadáveres (ES)
- España – el bienestar de los profesionales sanitarios (ES)
- España – el bienestar de los profesionales de la enfermería (ES)
- España – procedimientos invasivos en cardiología (ES)
- España – medidas de protección por tipo de actividad (ES)
- España – uso de EPI y activación y desactivación de protocolos en la COVID-19 (ES)
- España – servicios técnicos (ES)
- Australia – salud y cuidadores de personas mayores (EN)
- Canadá – centros de día (EN)
- Canadá – urgencias e ingresos de pacientes (EN)
- Canadá – primera respuesta (EN)
- Canadá – asistencia a largo plazo (EN)
- Reino Unido – centros asistenciales (ES)
- Reino Unido – viviendas para personas sin hogar (EN)
- Reino Unido – profesionales sanitarios (EN)
- Reino Unido – unidades para pacientes intubados (EN)
- Reino Unido – procedimientos invasivos en cardiología (EN)
- EE. UU. – viviendas para personas sin hogar (EN)
- EE. UU. – comunidades de jubilados (EN)
- OIT – sector sanitario (EN)
- OIT – emergencia pública (EN)
- OMS – centros asistenciales (ES)
- OMS – la salud y la seguridad en el trabajo en la salud pública (EN)

Policía y centros penitenciarios

- Bélgica – policía (FR)
- España – centros penitenciarios (ES)
- Reino Unido – centros penitenciarios (EN)
- EE. UU. – primera respuesta y policía (EN)
- EE. UU. – centros penitenciarios (EN)
- EE. UU. – personal de mantenimiento de los aeropuertos (EN)
- OMS – centros penitenciarios (EN)

Otros
Austria – formación del personal (DE)
Bélgica – escuelas y guarderías (FR)
Bélgica – educación obligatoria (FR)
Bélgica – educación superior (FR)
Bélgica – educación para el avance social (FR)
Bélgica – funerarias (FR)
Bélgica –veterinarios (FR)
Bélgica – animales domésticos (FR)
Bélgica – refugios de animales (FR)
Bélgica – trabajadores transfronterizos (FR)
Finlandia – empleados domésticos (FI)
Francia – centros de llamadas (FR)
Francia – funerarias (FR)
Francia – trabajo estacional (FR)
Francia – guardias de seguridad (FR)
Francia - empresa e industria de la madera (FR)
Alemania – artesanos en el servicio de atención al cliente (DE)
Alemania – funerarias (FR)
Alemania – trabajo de oficina (DE)
Italia – servicio civil (IT)
España – funerarias (ES)
España – funerarias: agentes biológicos (ES)
España – manejo de cadáveres (ES)
España – industria (ES)
España – industria (ES)
España – industria (ES)
España – propietarios de animales domésticos y clínicas veterinarias (ES)
España – clínicas veterinarias (ES)
España – buenas prácticas en el lugar de trabajo (ES)
España – industria siderúrgica (ES)
Australia – pequeñas empresas (EN)
Australia – trabajo de oficina (EN)
Canadá – fabricación (EN)
Canadá – minería (EN)

Otros
Canadá – campos de trabajo (EN)
Canadá – prevención del estigma (EN)
Reino Unido – trabajadores desde casa (EN)
Reino Unido – cuidado de los fallecidos (EN)
Reino Unido – funerales (EN)
EE. UU. – iglesias (EN)
OIT – industria automovilística (EN)
OIT – industria textil, de la moda, de la piel y del calzado (EN)

Recopilaciones nacionales (no exhaustivas)
Austria – información para especialistas (DE)
Bélgica – enlaces útiles (FR, NL)
Francia – guía para empresas y trabajadores (FR)
Alemania – recomendaciones para empresas y trabajadores (DE)
España – evaluación de riesgos frente a la COVID-19 (ES)
Canadá – hojas de recomendaciones individuales (EN)
Reino Unido – directrices para contextos no sanitarios (EN)
EE. UU. – guía para empresas y trabajadores (FR)
OIT – información por sectores (EN)

Nota: todos los enlaces de este artículo estaban accesibles el 16 de abril de 2020.

Autor(es): William Cockburn, Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA).

© Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, 2020

Reproducción autorizada siempre que se cite la fuente.