

Mesures preventives

Aquesta instrucció està dirigida al personal propi de la UAB que desenvolupi la seva tasca de manera presencial.

Ens trobem en fase de desconfinament. Si bé això suposa la finalització de la restricció de l'activitat laboral, en aquest moment, continua vigent la prioritització de mantenir el teletreball com a primera opció, sempre que sigui viable.

Previ a la sol·licitud d'autorització d'**accés habitual** als edificis heu llegir els documents els [documents d'informació / formació COVID-19](#), la [fitxa operativa 06 d'hàbits socials](#) i aquesta fitxa fins el final.

Després haureu d'emplenar [el formulari d'accés habitual](#) on heu de demanar el **certificat d'aptitud mèdica** si pertanyeu a:

Grups especialment vulnerables a la COVID-19 (diabetis, malaltia cardiovascular (inclosa hipertensió), malaltia hepàtica crònica, malaltia pulmonar crònica, malaltia renal crònica, immunodeficiència, càncer, embaràs, ser majors de 60 anys, i obesitat mòrbida IMC>40) quan ho notifiqueu en el formulari, la unitat de salut laboral (unitat.salut.laboral@uab.cat) es posarà en contacte per fer la valoració d'aptitud pel treball presencial.

Recordeu la importància de mantenir una acurada vigilància i seguiment enfront l'aparició de qualsevol símptoma relacionat amb la malaltia (febre, dificultat en respirar o tos). No us heu de desplaçar a la feina si presenteu simptomatologia associada a la COVID-19.

També recomanem col·laborar amb les autoritats sanitàries fent periòdicament el test de l'app StopCovid19cat del Departament de Salut

Descarrega per a Android

<https://play.google.com/store/apps/details?id=cat.gencat.mobi.StopCovid19Cat>

Descarrega per a iPhone: <https://apps.apple.com/app/id1502992288>

Recomanacions

- Prioritzeu els desplaçaments en vehicle particular o amb mitjans d'ús individual. Si veniu en vehicle privat, podran desplaçar-se dues persones per cada filera de seients sempre que utilitzin mascareta i respectin la màxima distància possible. Si això no és possible, tingueu en compte les directrius en matèria de flexibilitat horària per evitar l'ús de transport públic en horaris de major aglomeració.
- Si utilitzeu el transport públic, poseu-vos mascareta, i mantingueu la distància de seguretat amb la resta de persones, preferentment de 1,5 metres.
- Renteu-vos les mans, un cop heu arribat al lloc de treball, abans d'iniciar qualsevol tasca i, en general, de manera freqüent.

- Us recordem que es mantenen les tasques de neteja en els serveis essencials, inclús s'ha reforçat en alguns espais concrets. En cas de dubte, consulteu l'administració de centre o la persona responsable de l'edifici corresponent.
- Recordeu que s'han de netejar i desinfectar regularment les superfícies dures que tenen un ús compartit, sobretot les que entren en contacte directe amb les mans: taules, teclats d'ordinador, ratolins, etc.
- Es mantenen totalment vigents les recomanacions establertes a [la fitxa operativa 06, d'adaptació d'hàbits socials](#).
- No compartiu les pertinences personals, i en menjadors o espais similars, eviteu el compartir menjar o estris (coberts, gots, tovallons, mocadors,...) i altres objectes sense netejar-los degudament.
- Us recordem novament que s'ha de garantir una distància mínima de seguretat entre persones de 1,5 metres i en qualsevol interacció, com estableixen actualment les autoritats sanitàries. Aquesta disposició també és aplicable als espais comuns com ara passadissos, vestíbuls, portes d'accés, ascensors, etc.
- En cas de no poder garantir el distanciament de seguretat cal que utilitzeu mascareta higiènica.
- En cas de dubte, cal que ho comuniqueu per correu electrònic a l'Àrea de Prevenció i Assistència perquè, des d'allà, es pugui fer una valoració de la situació específica i les mesures preventives a implantar.

a.prevencio.assistencia@uab.cat

- De manera general, ventileu un mínim de 10 minuts a l'inici i durant la jornada, , tant si es disposa de ventilació mecànica com si no, un mínim de tres cops per jornada.
- Renteu-vos les mans freqüentment amb aigua i sabó.
- Tingueu especial atenció dins l'àmbit dels laboratoris. Eviteu fer tasques de risc elevat: manipulació de productes explosius, altament reactius, de toxicitat aguda elevada, d'alta reactivitat química, manipulació de fonts de tensió, etc. Si això no és possible, caldrà garantir la presència d'una segona persona, respectant en tot moment les distàncies de seguretat entre les persones.
- Recordeu que, en cas d'emergència, us heu de posar en contacte amb el Servei de Seguretat i Vigilància, telèfon 93 581 25 25.
- Els sistemes de detecció i d'alarma continuen operatius, i, per tant, qualsevol senyal acústica a l'edifici. Una sirena continua, suposarà que haureu de sortir. No obstant això, recordeu que actualment no estan operatius els equips d'emergència, encarregats entre d'altres de les tasques de recolzament en l'evacuació dels edificis.

- En cas d'evacuació, utilitzeu la sortida d'emergència més propera. Aquestes portes disposen d'un polsador per a facilitar la seva obertura en cas de necessitat. Accioneu-lo per obrir la porta.
- Actualment el Servei Assistencial de Salut i els equips de primers auxilis no estan operatius al Campus, per tant, davant de qualsevol urgència sanitària us heu d'adreçar al telèfon general per a emergències, 93 581 25 25.
- Tots els vehicles del Servei de Seguretat i Vigilància disposen d'equips desfibril·ladors, i el personal d'aquest Servei té la formació necessària per a fer-los servir en cas de necessitat.

Recordeu sempre que la millor manera d'evitar contagis, com succeeix amb altres malalties infeccioses, és seguir les recomanacions d'higiene i de protecció individual que es recomanen reiteradament.

Recordeu també que, en cas de confirmació del diagnòstic o de trobar-vos en situació d'aïllament, hauríeu d'informar a la Unitat de Salut Laboral:

unitat.salut.laboral@uab.cat

Recordeu que és una responsabilitat compartida la tasca de control i mitigació de l'actual crisi sanitària per la COVID-19

Aquesta informació està en revisió permanent. 01/07/2020