



PLAN DE CONTINGENCIA Coronavirus COVID-19

CERMI Comunidad de Madrid

**(Comité de Entidades Representantes
de Personas con Discapacidad
de la Comunidad de Madrid)**

1. INTRODUCCIÓN

Este Plan presenta una serie de medidas que permitan hacer frente al posible impacto del CORONAVIRUS COVID-19 tanto en CERMI Comunidad de Madrid como en sus entidades.

Dichas medidas implican garantizar la protección de la salud y seguridad del Equipo Humano de las entidades y asegurar que las funciones esenciales se van a continuar realizando.

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a los animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas. Producen cuadros clínicos que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. La enfermedad causada por este nuevo virus se ha denominado por consenso internacional COVID-19. Según los datos actuales se calcula que el período de incubación de COVID-19 es de 2 a 12 días, con un promedio de 5 días. Por analogía con otros coronavirus se estima que este periodo podría ser de hasta 14 días.

La Comunidad de Madrid ha puesto un teléfono a disposición de los ciudadanos para resolver todas las dudas (**900 102 112**).

La información más importante está señalada en esta infografía:

CORONA VIRUS

¿Cómo se transmite?



Por gotas que se expulsan al toser o estornudar

Medidas de prevención



Lavado de manos



Evitar tocarse ojos, nariz y boca



Ante una persona infectada, mantener una distancia de 2 metros



Toser en un pañuelo desechable o en el hueco del codo en su defecto

Síntomas



Fiebre, tos seca, dolor de garganta, dolor muscular o dificultad respiratoria

Periodo de incubación



Media de 5 días hasta un máximo de 14 días

POBLACIÓN VULNERABLE



LAS PERSONAS MAYORES O CON ENFERMEDADES PREVIAS

¿Cómo actuar ante síntomas?



Evitar acudir directamente al centro sanitario



Contactar al teléfono:
900 102 112

IMPORTANTE:



LA MASCARILLA SOLO LA DEBEN EMPLEAR PERSONAS QUE PIENSEN QUE ESTÁN INFECTADAS



Comunidad de Madrid

La **Comunidad de Madrid** dispone de una **página web específica sobre el coronavirus COVID-19**, que incluye distintos materiales informativos, vídeos con consejos, sección de preguntas y respuestas, así como comunicados y medidas e instrucciones de la Dirección General de Salud Pública, entre otros, y que se actualiza permanentemente.

<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/2019-nuevo-coronavirus>

El número de personas afectadas en la Comunidad de Madrid, a fecha 11 de marzo de 2020, es de **1.024**, con 31 personas fallecidas.

Debe tenerse presente que en todo lo relacionado con cuestiones laborales o materia laboral, que afecten directa o indirectamente a los derechos de las/os trabajadoras/es se estará a lo regulado en el Estatuto de los Trabajadores y en el resto de las normas laborales de aplicación.

El Plan de contingencia será coordinado por la Dirección Técnica de CERMI Comunidad de Madrid, que será responsable de su actualización periódica y su difusión entre las entidades miembro.

Por otra parte, deberá procurar y trasladar, a través de los medios posibles en cada momento (móvil, mail, redes sociales, etc.), la información actualizada que se reciba, **siempre de fuentes oficiales**.

2. CONSEJOS PRÁCTICOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS

- Se debe mantener la tranquilidad, cumplir las medidas preventivas dictadas por las autoridades sanitarias.
- Lavarse las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tirar el pañuelo inmediatamente y lavarse las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón.
- Mantener al menos 1 metro de distancia con aquellas personas que tosen, estornudan y tienen fiebre.
- Evitar tocarse con las manos los ojos, la nariz y la boca.
- Asimismo reforzar y prestar especial atención en la limpieza y desinfección frecuentes de objetos que sean de contacto común, como pueden ser pomos de puertas, apoyabrazos de sillas o sillones comunes, barandillas, mostradores, grifos, etc.
- Según indica sanidad, existe evidencia de que los coronavirus se inactivan en contacto con una solución de lejía (hipoclorito sódico) con una concentración al 0,1% (1 parte de lejía y 99 partes de agua), o alcohol (etanol) al 62-71% o agua oxigenada (peróxido de hidrógeno) al 0,5%, en cinco minutos. Es importante que no quede humedad en la superficie.

MEDIDAS PREVENTIVAS PARA NO CONTAGIARNOS Y NO CONTAGIAR A LOS DEMÁS

El lavado de manos es una de las medidas principales para evitar el contagio por coronavirus



Lávate las manos con agua y jabón con frecuencia durante 40-60 segundos



Cuando acabes de lavarte las manos cierra el grifo y abre el picaporte de la puerta con un papel desechable

Mantener limpias las superficies que solemos utilizar como mesas, teclados, ordenadores, picaportes de las puertas.



Tras lavarte las manos sécate con un papel desechable

Desecha el material utilizado para limpiarte las secreciones o secarte las manos



Si tenemos fiebre y tos, nos quedamos en casa, en reposo



Al toser o estornudar utiliza un papel desechable para ponerte delante



Al estornudar hazlo poniendo el codo por delante

No compartir con los demás, alimentos, bebidas, vasos, platos, cubiertos, ni móviles



Trata de saludar sin dar besos ni dar la mano



Pide información si tienes alguna duda en el siguiente teléfono:

900 102 112



CONSEJERÍA DE SANIDAD

También se puede acceder a más información en la web de la Comunidad de Madrid a través de este código QR o en la dirección:

<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/2019-nuevo-coronavirus>



3. MEDIDAS DIRIGIDAS A ASEGURAR LA ACTIVIDAD

Las medidas que se presentan a continuación pretenden prevenir posibles contagios, informar de todo lo relacionado con COVID-19 y resolver los problemas que plantee la posible la ausencia de personas del equipo.

Medidas de higiene sanitaria

- Deberá evitarse en lo posible el contacto de persona a persona (cambio en los hábitos de saludo, evitando darse la mano o besarse).
- En cada mesa de trabajo se recomienda disponer de pañuelos desechables, líquido desinfectante y un humidificador del ambiente.
- Los vasos, tazas y cubiertos se sustituirán por material desechable no plástico, en especial los de mayor utilización.
- Se reforzará la limpieza de las oficina.

Medidas informativas

- Se mantendrá informado al Equipo Humano de CERMI Comunidad de Madrid y a sus entidades de lo siguiente:
 - Las necesarias medidas de higiene personal aconsejadas por las autoridades sanitarias.
 - Los síntomas para reconocer el coronavirus COVID-19, así como las formas de contagio y las estrategias de protección para individuos y familias.
 - Las páginas web, teléfonos de consulta, redes sociales, etc., de los Servicios de Salud Pública de la Comunidad de Madrid, del Ministerio de Sanidad y de la OMS.

- Se indicará al personal que presente los síntomas COVID-19 que siga en todo momento el protocolo establecido por las autoridades sanitarias.

Organización del trabajo

- Cada miembro del personal deberá identificar, dentro de su área de actividad, las acciones prioritarias cuya omisión podría interrumpir el funcionamiento de la entidad. Esta información tendrá que actualizarse semanalmente, de manera que esté disponible ante el caso de una posible baja.
- Se realizará una designación ordenada por prioridades de las áreas de actividad, para el caso de que sólo puedan llevarse a cabo las más esenciales y/o urgentes.
- Se limitará, siempre que quede acreditado, la celebración de reuniones presenciales, fomentando las virtuales o las telefónicas, facilitando y mejorando la utilización de las tecnologías de la información y los sistemas de comunicación.
- Se valorará, respecto a la organización de eventos que impliquen una afluencia importante de personas, celebrar solo aquellos que se consideren indispensables para la buena marcha de la actividad de la entidad, cancelándose temporalmente los restantes.
- Se valorará, respecto a los viajes y traslados, principalmente en transporte público, llevar a cabo solamente aquellos que se consideren indispensables para la buena marcha de la actividad.

Medidas ante la ausencia del Equipo Humano

En el supuesto de que el Equipo Humano deba permanecer en casa:

- Se realizarán las gestiones necesarias para que pueda teletrabajar, a través de las siguientes acciones de mejora de los sistemas de comunicación e información:
 - Acceso remoto al correo electrónico a través de Internet.
 - Videoconferencia / videollamada / multiconferencia.
 - Mantenimiento de la comunicación diaria entre el equipo.
 - Otras.
- En el caso de baja por enfermedad personal o en algún miembro de la familia con la que conviven, las personas del equipo concernidas deberán aportar justificante del motivo que le obliga a permanecer en su domicilio.

4. OTROS ENLACES DE INTERÉS

Ministerio de Sanidad

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

Organización Mundial de la Salud, OMS

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>



CERMI Comunidad de Madrid

C/ Prim, nº 3, 3ª Planta, D. 321

28004 – Madrid

91 522 92 65 - 628 02 44 11

cermimadrid@cermimadrid.org

*FB: CERMI Madrid . Tw: @CERMI_Madrid . LinkedIn: CERMI Madrid Instagram:
@cermi_madrid*

