

PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19

COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001

[Versión 1.1]

AÑO 2020

Con la Colaboración de:

MINISTERIO DE PRODUCCIÓN,
COMERCIO EXTERIOR, INVERSIONES Y PESCA

MINISTERIO DE GOBIERNO

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA

MINISTERIO DEL TRABAJO

MINISTERIO DE
TRANSPORTE Y OBRAS PÚBLICAS

MINISTERIO DE ECONOMÍA Y FINANZAS



Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 2 de 19

REGISTRO DE REVISIÓN Y APROBACIÓN DEL DOCUMENTO

Acción	Nombre / Cargo	Institución	Firma y Fecha
Elaborado Por:	Gonzalo Peñaherrera DIRECTOR DE DESARROLLO DE INDUSTRIAS BÁSICAS	Ministerio de Producción, Comercio Exterior, Inversiones y Pesca	
	Daniel Heredia M. DIRECTOR DE RECONVERSIÓN AMBIENTAL Y TECNOLÓGICA	Ministerio de Producción, Comercio Exterior, Inversiones y Pesca	
Revisado por:	Francisco Cevallos COORDINADOR ZONAL 5	Ministerio de Gobierno	
	Cecilia Peña DIRECTORA DE SEGURIDAD, SALUD EN EL TRABAJO Y GESTIÓN INTEGRAL DE RIESGOS	Ministerio de Trabajo	
	Sharian Moreno VICEMINISTRA DE TRABAJO Y EMPLEO	Ministerio de Trabajo	
	Marcelo Loor VICEMINISTRO DE GESTIÓN DEL TRANSPORTE	Ministerio de Transporte y Obras Públicas	
	Carolina Jaramillo ANALISTA DE PREPARACIÓN Y RESPUESTA	Ministerio de Salud	
	José López SECRETARIO DEL GABINETE SECTORIAL ECONÓMICO Y PRODUCTIVO	Ministerio de Economía y Finanzas	
	Mauricio Espinel DIRECTOR DEL SEGURO GENERAL DE SALUD INDIVIDUAL Y FAMILIAR	Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social	
	Luis Barzallo DIRECTOR EJECUTIVO	Asociación de Municipalidades del Ecuador	
	Edwin Miño DIRECTOR EJECUTIVO	Consortio de Gobiernos Autónomos Provinciales	
Aprobado por:	Jackson Torres VICEMINISTRO DE PRODUCCIÓN E INDUSTRIAS	Ministerio de Producción, Comercio Exterior, Inversiones y Pesca	

CONTROL E HISTORIAL DE CAMBIOS

Versión	Descripción del cambio	Fecha de Actualización
0.1	<i>Emisión inicial</i>	<i>21/04/2020</i>
1.1	<i>Modificación incluida por propuesta del MDT en la página 13</i>	<i>12/05/2020</i>

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 3 de 19

CONTENIDO

OBJETIVOS.....	4
ALCANCE.....	4
MARCO LEGAL.....	4
LINEAMIENTOS GENERALES – PLAN DE REAPERTURA.....	5
MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA EL TRABAJADOR.....	5
Información de trabajadores antes del ingreso	5
Medidas de higiene generales.....	5
Medidas médicas generales.....	6
Medidas dentro de las instalaciones de la empresa.....	6
Medidas de Limpieza y Desinfección de los Equipos de Protección Personal	7
LINEAMIENTOS ESPECÍFICOS.....	7
MEDIDAS DE CAPACITACIÓN, COMUNICACIÓN Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO LABORAL	7
MEDIDAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE ÁREAS	7
Vestidores	7
Baterías sanitarias.....	8
Oficinas administrativas y de obras	8
Vehículos de transporte de personal	9
Ventilación de ambientes	9
MEDIDAS PARA EL TRASLADO DESDE LA VIVIENDA HASTA EL LUGAR DE TRABAJO Y VICEVERSA.....	9
MEDIDAS DURANTE LA PERMANENCIA DEL TRABAJADOR EN LAS INSTALACIONES.....	9
Ingreso a las instalaciones	9
Si la empresa no dispone de túnel de desinfección podría aplicar las siguientes instrucciones:	10
Ingreso y salida de los puestos de trabajo.....	10
PRÁCTICAS DE TRABAJO SEGURO DURANTE LA EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES EN OBRA.....	11
Control de temperatura corporal.....	11
Distribución de áreas de trabajo	11
Para la maquinaria pesada.....	11
Prácticas de trabajo seguro durante la ejecución de actividades para personal operativo en fábricas y bodegas	11
Prácticas de buen manejo del comedor.....	12
Medidas para consumo de alimentos en las instalaciones.....	12
MEDIDAS PARA LA ATENCIÓN DE VISITANTES (CLIENTES Y PROVEEDORES)	12
Medidas generales.....	12
Medidas para atención a clientes	13
MEDIDAS PARA INGRESO Y SALIDA DE VEHICULOS DE CARGA:.....	13
MEDIDAS ESPECIALES PARA EL HOSPEDAJE DE PERSONAL EN OBRA.....	14
MEDIDAS PARA LA DISPOSICIÓN DE RESIDUOS PELIGROSOS E INFECCIOSOS (EPP CONTAMINADOS)	14
ANEXO.....	16
INSTRUCTIVO PARA LAVADO DE MANOS	16
PROTOCOLO DE ENTRADA A CASA, CONVIVENCIA Y SALIDA DE CASA.	17
PROTOCOLO DE CONVIVENCIA CON PERSONAS CON COVID-19.....	18
PROTOCOLO PARA COLOCACIÓN Y RETIRO DE LA MASCARILLA	19

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 4 de 19

OBJETIVOS

Este Protocolo define los lineamientos para la ejecución del plan piloto de reactivación de actividades del personal del sector de la construcción, industrias proveedoras de productos para la construcción y ferreterías, a fin de retomar la producción y evitar la propagación del COVID-19. Se plantean los siguientes objetivos:

- Prevenir la proliferación de la enfermedad por coronavirus (COVID–19), a través de la implementación de medidas básicas necesarias, que permitirá minimizar la probabilidad de contagio de los trabajadores durante la ejecución de sus actividades laborales presenciales.
- Identificar casos con posible sospecha de COVID-19 en los trabajadores.
- Garantizar la salud de los trabajadores y la cadena de valor.
- Asegurar la continuidad del negocio y mantenimiento de las operaciones.

ALCANCE

Este documento aplica para trabajadores, proveedores, clientes y demás personas que se relacionen con el sector de la construcción, industrias proveedoras de productos para la construcción y ferreterías, en la ciudad de Quito y la provincia del Guayas.

Para ello, se ha considerado las recomendaciones de la Guía General para el retorno progresivo a las actividades laborales del sector privado emitida por el Ministerio de Producción, Comercio Exterior, Inversiones y Pesca, y sus lineamientos específicos para Guías Sectoriales.

MARCO LEGAL

- Constitución de la República del Ecuador
- Código Orgánico Administrativo.
- Código del Trabajo.
- FDA – EEUU
- Ley Orgánica de Salud
- Decreto Ejecutivo Nro. 1017, de 16 de marzo de 2020.
- Acuerdo Ministerial Nro. 00126-2020, de 11 de marzo de 2020, del Ministerio de Salud Pública.
- Acuerdo Interministerial Nro. 0000001, de 12 de marzo de 2020, del Ministerio de Gobierno y Ministerio de Relaciones Exteriores y Movilidad Humana.
- Acuerdo Interministerial Nro. 0000002, de 13 de marzo de 2020, del Ministerio de Gobierno y Ministerio de Relaciones Exteriores y Movilidad Humana.
- Acuerdo Ministerial Nro. MDT-2020-076, de 12 de marzo de 2020, del Ministerio de Gobierno y Ministerio de Relaciones Exteriores y Movilidad Humana.
- Acuerdo Ministerial Nro. MDT-2020-077, de 13 de marzo de 2020, del Ministerio de Gobierno y Ministerio de Relaciones Exteriores y Movilidad Humana.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 5 de 19

LINEAMIENTOS GENERALES – PLAN DE REAPERTURA

MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA EL TRABAJADOR

Información de trabajadores antes del ingreso

1. Identificar grupos vulnerables y de atención prioritaria (personas: mayor a 60 años, con discapacidad, con afecciones pulmonares o enfermedades crónicas, mujeres embarazadas y lactantes y, aquellas que tengan a cargo personas con enfermedades crónicas y catastróficas).
2. Las enfermedades preexistentes de riesgo son:
 - a) Enfermedades cardiovasculares.
 - b) Enfermedades endocrinas.
 - c) Enfermedades crónicas pulmonares.
 - d) Enfermedades oncológicas.
3. En relación al personal vulnerable y de atención prioritaria identificado en el punto 1, la organización determinará quién de este personal podría realizar actividades de teletrabajo o continuar con sus actividades suspendidas
4. Se identificará a los trabajadores aptos para asistir a las actividades presenciales y de teletrabajo.
5. Se deberá establecer mecanismos con el fin de disminuir la concentración de personas en los ambientes de trabajo, las empresas podrán adoptar algunas de las siguientes medidas:
 - a) Adoptar la figura de teletrabajo para todo el personal que pueda ser aplicable.
 - b) Para trabajadores que deben asistir de manera presencial a las instalaciones:
 - Aplicar semana integral de trabajo de manera escalonada, es decir, jornada de lunes a viernes, martes a sábado y/o de miércoles a domingo.
 - Generar grupos de trabajo con horarios rotativos.
6. El personal con discapacidad que el departamento médico determine que puede asistir a laborar, deberá extremar las medidas aquí establecidas y la empresa garantizará la aplicación permanente de dichas medidas a fin de resguardar la integridad y bienestar del personal con discapacidad.
7. Se considerará para el arranque piloto priorizar al personal cuyos domicilios estén cerca a las instalaciones de las obras, a fin de evitar traslados prolongados.

Medidas de higiene generales

1. Fortalecer la higiene de manos dentro y fuera de la empresa. Lavarse las manos con abundante agua y jabón líquido durante 40 segundos cada tres horas, así como también después de estornudar, toser o limpiarse la nariz, es necesario también utilizar alcohol posterior a la limpieza.
2. Evitar tocarse el rostro, ojos y boca con las manos.
3. Modificar las conductas sociales: no saludo de mano, no saludo de beso, no abrazos y distanciamiento social mínimo 2 metros.
4. NO visitar a enfermos de cualquier tipo en hospitales, ya que será un riesgo adicional de contagio.
5. NO acudir a lugares donde haya aglomeraciones de personas.
6. NO escupir en el piso.
7. Al toser o estornudar cubrir el rostro con el antebrazo o codo flexionado, o mediante un paño desechable.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 6 de 19

8. Limpiar y desinfectar los equipos móviles continuamente, NO utilizar teléfonos, escritorios, oficinas y otras herramientas de trabajo pertenecientes/asignados a otro trabajador.
9. El personal será responsable de portar una mascarilla para proteger sus vías respiratorias y gafas de seguridad o lentes para evitar el contacto de las manos en los ojos.
10. El personal deberá mantener sus uniformes de trabajo limpios y en buen estado, las empresas garantizarán la entrega de al menos 3 unidades de acuerdo a lo que las empresas designen como uniforme.
11. El personal que tenga cabello largo, deberá mantenerlo recogido desde que inicia el trayecto desde el domicilio al trabajo y viceversa.
12. En todos los centros de trabajo pertenecientes a la Organización se encuentra totalmente prohibido fumar.

Medidas médicas generales

1. Cada departamento médico de las empresas, deberá contar con un protocolo para trasladar a enfermos, identificando los centros de salud más cercanos.
2. Si hay síntomas de problemas respiratorios los trabajadores están obligados a informar al médico de empresa y no presentarse en las instalaciones a laborar; en caso de considerarse como un paciente sospechoso de COVID-19, el médico de empresa deberá aplicar el protocolo para manejo de pacientes sospechosos.
3. Informar de manera inmediata al departamento médico y a su jefe inmediato si ha estado en contacto con una persona que presenta síntomas de COVID-19, y/o si ya cuenta con un diagnóstico positivo para proceder al asilamiento preventivo obligatorio.
4. Mantenerse informado por los canales establecidos por el Gobierno Nacional y la empresa, no fomentar rumores. Los números de atención por emergencias son 171 y 911.
5. Toda persona que presente síntomas relacionados al COVID-19, está en la obligación de reportar esta sintomatología a través de la línea telefónica 171 a nivel nacional y someterse a un auto aislamiento inmediato.

Medidas dentro de las instalaciones de la empresa

1. Asegurar la hidratación continua del personal, con el uso de dispensadores de agua, utilizando envases reusables personales, vasos desechables u otro medio que no represente un foco de infección. Estos elementos no pueden ser compartidos y el personal asume la responsabilidad de la limpieza de los mismos.
2. Se prohíben reuniones internas presenciales; en su lugar se deberán utilizar plataformas que faciliten reuniones virtuales y comunicación online. Durante las reuniones, el personal deberá permanecer en sus respectivos puestos de trabajo.
3. En la empresa estarán suspendidos cualquier tipo de cursos, actividades deportivas, eventos sociales, celebraciones y demás actos que involucren concentración de personas hasta que pase la emergencia y sea seguro realizar reuniones.
4. Quedan suspendidos los viajes a nivel nacional e internacional, como medida de prevención y minimización de contraer COVID-19, hasta que se reanuden los traslados internos y externos según lo disponga el COE Nacional.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 7 de 19

5. Instalar contenedores de desechos señalizados y que cuenten con pedal y tapa, para que el personal deposite guantes y mascarillas en desuso.

Medidas de Limpieza y Desinfección de los Equipos de Protección Personal

1. Los cascos y gafas deben limpiarse con agua y jabón, para luego ser desinfectados con un trapo humedecido en alcohol o alcohol gel.
2. El personal deberá diariamente reemplazar la protección respiratoria que sea de un solo uso, según el área que corresponda.
3. Las mascarillas que no sean desechables deberán limpiarse diariamente con agua y jabón y luego desinfectarse
4. La ropa de trabajo debe ser lavada diariamente.

LINEAMIENTOS ESPECÍFICOS

MEDIDAS DE CAPACITACIÓN, COMUNICACIÓN Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO LABORAL

Antes de la reactivación de actividades, este protocolo deberá ser difundido y socializado a todo el personal, impartiendo capacitaciones por parte de las unidades de seguridad y salud en el trabajo o quien hiciera sus veces utilizando las plataformas digitales para reuniones virtuales que disponga la organización.

Las unidades de seguridad y salud en el trabajo deben asegurar la comprensión del contenido por parte de todos los trabajadores, y repetir cuantas veces sean necesarias dichas capacitaciones.

Durante las jornadas de capacitación también se socializará la información y directrices establecidas por el Gobierno Nacional y entes regulatorios relacionados a la pandemia.

Los medios de comunicación y prevención en el ámbito de la salud en el trabajo, respecto a COVID-19, son responsabilidad de cada compañía, y su propósito debe orientarse a fortalecer la comunicación interna con los trabajadores, usando herramientas tecnológicas para difusión de información oficial y medidas particulares.

Las medidas de protección y prevención para los trabajadores deberán ser difundidas por medios digitales, como redes sociales, correos electrónicos, páginas web, y en puntos de información, y carteleras.

MEDIDAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE ÁREAS

Vestidores

La desinfección de los vestidores deberá realizarse previo y posterior al ingreso de cada turno, cuando no haya personal operativo en el mismo.

1. Personal de limpieza deberá portar el equipo de protección personal necesario y recomendado en las hojas de seguridad de los productos químicos a manipular durante los procesos de limpieza y desinfección (overol, mascarilla, guantes nitrilo/PVC, gafas, etc.).
2. Los químicos de limpieza y desinfectantes como cloro, jabón en polvo, concentración de hipoclorito de sodio al 0,1% o alguna otra sustancia, deberán haber sido analizados y avalados por la unidad de seguridad y salud en el trabajo. Estos implementos deben permanecer en las áreas de almacenamiento específicas y señalizadas.
3. Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias, de manera frecuente (al menos dos veces por turnos) con la aplicación de productos

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 8 de 19

desinfectantes a través del uso de rociadores, toallas y trapeadores, especialmente bancas, manillas de lavabos y duchas y puertas de cancelas.

4. Con una bomba de aspersión o rociador manual, se debe proceder a aplicar el desinfectante a toda el área del vestidor.

Baterías sanitarias

La limpieza y desinfección de los sanitarios deberá realizarse previo y posterior al ingreso de cada turno, y efectuarse cada tres horas durante las jornadas laborales.

1. Personal de limpieza deberá portar el equipo de protección personal necesario y recomendado en las hojas de seguridad de los productos químicos a manipular durante los procesos de limpieza y desinfección (overol, mascarilla, guantes nitrilo/PVC, gafas).
2. Los químicos de limpieza y desinfectantes como cloro, jabón en polvo, concentración de hipoclorito de sodio al 0,1% o alguna otra sustancia, deberán haber sido analizados y avalados por la unidad de seguridad y salud en el trabajo. Estos implementos deben permanecer en las áreas de almacenamiento específicas y señalizadas.
3. Los desechos sanitarios deberán ser colocados en doble funda y ubicados en una zona de almacenamiento específica y señalizada.
4. Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias.
 - Para el piso aplicar agua con cloro con un trapeador. El trapeador deberá ser exclusivo para este proceso. (diluir 5 cucharadas de cloro comercial por cada galón de agua).
 - Aplicación de productos desinfectantes en superficies (cloro u otro).
 - A través del uso de rociadores, trapos y/o esponjas desechables, limpiar manillas de lavabos, puertas de sanitarios y escusado.
5. Con una bomba de aspersión o rociador manual, proceder a aplicar el desinfectante en el área del sanitario, previniendo que no haya personal en ese momento.
6. Limpiar los pediluvios de acceso a los sanitarios y hacer el cambio de agua y químicos desinfectantes.
7. Garantizar la dotación de jabón líquido en todos los centros de trabajo.
8. Garantizar la dotación de papel toalla desechable.

Oficinas administrativas y de obras

La limpieza y desinfección de las oficinas deberá realizarse previo y posterior al ingreso de actividades.

1. Personal de limpieza deberá portar el equipo de protección personal necesario y recomendado en las hojas de seguridad de los productos químicos a manipular durante los procesos de limpieza y desinfección (overol, mascarilla, guantes nitrilo/PVC, gafas).
2. Los químicos de limpieza y desinfectantes como cloro, jabón en polvo, concentración de hipoclorito de sodio al 0,1% o alguna otra sustancia, deberán haber sido analizados y avalados por la unidad de seguridad y salud en el trabajo. Estos implementos deben permanecer en las áreas de almacenamiento específicas y señalizadas.
3. Profundizar limpieza en manijas, escritorios, sillas, pantallas y teclados de computador, teléfonos fijos, puertas de acceso.
4. Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias:
 - Para el piso aplicar agua con cloro con un trapeador. El trapeador deberá ser exclusivo para este proceso. (diluir 5 cucharadas de cloro comercial por cada galón de agua).
 - Aplicación de productos desinfectantes en superficies (cloro u otro).
 - A través del uso de rociadores, trapos y/o esponjas desechables, limpiar manillas de lavabos, puertas de sanitarios y escusado.
5. Con una bomba de aspersión o rociador manual, se debe proceder a aplicar el desinfectante a toda el área de oficina.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 9 de 19

Vehículos de transporte de personal

1. El conductor del vehículo antes de iniciar el proceso de desinfección deberá colocarse guantes (nitrilo, PVC) y mascarilla además del equipo de protección personal, recomendado en las hojas de seguridad de los productos químicos a manipular durante los procesos de limpieza y desinfección
2. Es responsabilidad del conductor la limpieza, que debe ejecutarse antes de iniciar y después de concluir los recorridos, por lo que será necesario contar con instrumentos básicos y productos de limpieza necesarios.
3. Realizar limpieza y desinfección exhaustiva con productos detergentes y desinfectantes en el interior de los vehículos, con mayor atención en cerraduras de las ventanas, barras de sujeción, asientos, manijas, cinturones de seguridad, seguros, puertas, descansabrazos y cabeceras y permitir la recirculación de aire (ventanas abiertas).

Ventilación de ambientes

1. La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en período de lluvias o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire.
2. En otras circunstancias y lugares se recomienda que se asegure el recambio de aire mediante la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.
3. Esta actividad se realizará a diario, en todas las áreas (oficinas, pasillos, comedor, casilleros, baños, bodegas, etc.).
4. Se recomienda limitar el uso de acondicionadores de aire en oficinas y prever la ventilación natural.

MEDIDAS PARA EL TRASLADO DESDE LA VIVIENDA HASTA EL LUGAR DE TRABAJO Y VICEVERSA

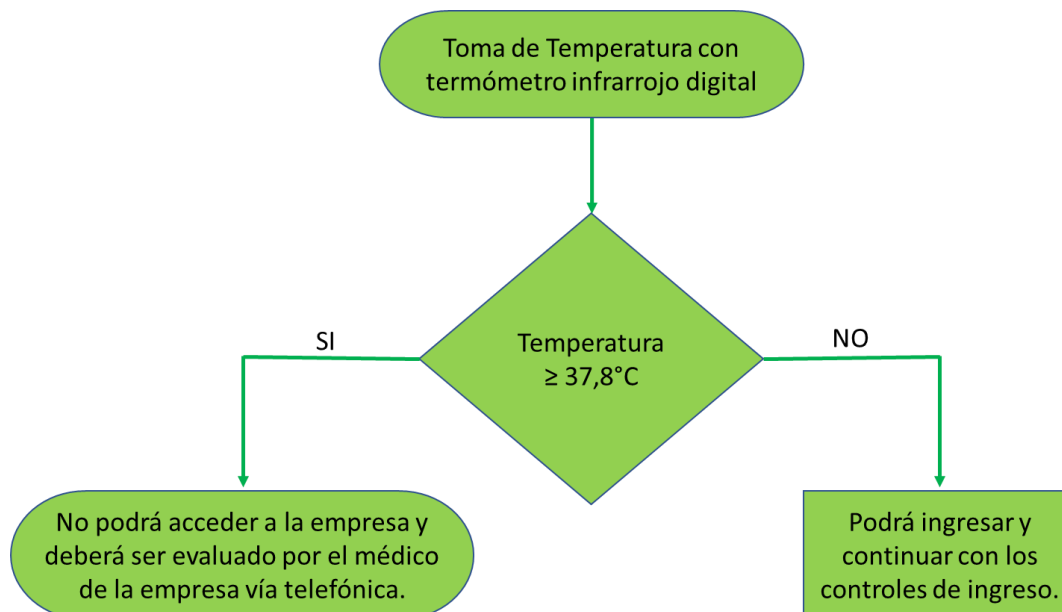
1. Las empresas se comprometen durante el arranque piloto de las actividades del sector de la construcción a proporcionar transporte a cada uno de sus trabajadores, desde su domicilio hasta las instalaciones de la empresa y viceversa.
2. Durante la espera del recorrido, el personal debe realizar filas de manera ordenada y mantener distancia de 2 metros.
3. Es obligación del personal subir al vehículo con mascarilla.
4. Al subirse al transporte, el chofer deberá colocar alcohol gel/alcohol al 70% a cada pasajero.
5. Se debe cumplir con lo establecido en la capacidad máxima del bus (personal sentado, manteniendo la distancia interpersonal, no ocupar ambos asientos).
6. No se debe encender el aire acondicionado durante los recorridos, es preferible abrir ventanas.
7. Modificar las conductas sociales: no saludo de mano, no saludo de beso, no abrazos
8. Prohibido el consumo de alimentos y bebidas durante el recorrido.
9. Previo al uso del recorrido de regreso a casa, se limpiarán y desinfectarán los vehículos de transporte de personal con la bomba de nebulización.
10. En caso de usar transporte público, el trabajador debe portar guantes y mascarilla previo a subirse al medio de transporte, durante el recorrido y al finalizar el viaje.

MEDIDAS DURANTE LA PERMANENCIA DEL TRABAJADOR EN LAS INSTALACIONES

Ingreso a las instalaciones

1. Todo trabajador deberá presentarse a las instalaciones de la empresa portando el uniforme o ropa de trabajo entregada por la empresa, asegurando el lavado diario y el buen estado de la misma.
2. El ingreso deberá ser ordenado, en fila, manteniendo la distancia entre los trabajadores durante todo el proceso.
3. Verificar el cumplimiento de los lineamientos de seguridad mediante verificación de lista de chequeo a TODO el personal que vaya a ingresar a las instalaciones. Dicha verificación la hará el personal de departamento médico o su delegado, de acuerdo al siguiente flujograma:

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 10 de 19



4. Personal deberá desinfectar su calzado sumergiendo los mismos en el pediluvio industrial.
5. De manera opcional, podrá ingresar a un túnel de desinfección sin mascarilla para evitar que sea mojada y pierda su efectividad, cerrando los ojos y estirando los brazos o por rociadores manuales. (Se prohíbe el uso de químicos nocivos para la salud humana).
6. Realizar lavado de manos, aplicar alcohol gel/alcohol al 70% y trasladarse a los vestidores para dejar sus pertenencias.
7. Modificar las conductas sociales: no saludo de mano, no saludo de beso, no abrazos
8. La empresa debe garantizar que se limpie y desinfecte la puerta de ingreso a garita al inicio y final de la entrada del personal.

Si la empresa no dispone de túnel de desinfección podría aplicar las siguientes instrucciones:

1. Preparar la bomba de aspersión o pulverizador (Se prohíbe el uso de químicos nocivos para la salud humana)
2. Aplicar con la bomba de aspersión a todas las personas que ingresen a las instalaciones en los siguientes puntos:
 - Zapatos, tanto la suela como la parte superior
 - Pantalón, desde las vastas hasta la cintura por la parte frontal y posterior
 - Camiseta/chompa, únicamente si tienen manga larga desde el puño hasta el codo, y en la región abdominal.

Ingreso y salida de los puestos de trabajo

1. Una vez realizado el proceso de ingreso, el personal de manera ordenada deberá trasladarse a los vestidores para guardar sus pertenencias en los respectivos cancelos, garantizando que se mantenga el distanciamiento social.
2. Modificar las conductas sociales: no saludo de mano, no saludo de beso, no abrazos
3. Es responsabilidad del trabajador que ingrese a trabajar contar con el equipo de protección personal desinfectado, de acuerdo con el riesgo del puesto de trabajo.
4. Lavar sus manos con abundante agua y jabón líquido por al menos 40 segundos, aplicar alcohol gel al 70%, a la entrada y salida de las instalaciones.
5. Después de terminada la jornada laboral es responsabilidad del trabajador guardar sus equipos de protección personal previamente desinfectados.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 11 de 19

6. Durante la espera para ingreso a los casilleros el personal debe realizar filas de manera ordenada y mantener distancia de 2 metros, a fin de respetar la capacidad máxima de los mismos.
7. Proceder a ingresar al vehículo de transporte, cumpliendo las medidas de protección y distanciamiento desde la vivienda hasta el lugar de trabajo y viceversa.

PRÁCTICAS DE TRABAJO SEGURO DURANTE LA EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES EN OBRA

Control de temperatura corporal

1. El médico, el técnico de SSA o sus delegados para cada proyecto, deberán realizar el control de temperatura a cada uno de los trabajadores antes de su ingreso a la obra y al final de la jornada laboral.

Distribución de áreas de trabajo

1. Se recomienda distribuir el trabajo en diferentes frentes evitando la acumulación del personal.
2. Si existiera otros contratistas en la misma obra, deberán delimitar las áreas de trabajo de cada una, para evitar que trabajen en la misma área empresas diferentes.
3. En los diferentes frentes de trabajo mantener la distancia de 2 m entre obreros.
4. Es obligatorio para cada uno de los operarios utilizar sus propias herramientas de trabajo. Si se tratara de maquinaria pesada (grúas, toritos, transpaleta, etc.) éstas deberán ser limpiadas y desinfectadas antes y después de su uso.
5. Mantener en todo momento los equipos de protección personal de acuerdo con los riesgos del puesto de trabajo y también el riesgo biológico.
6. El personal deberá limpiar las herramientas antes de utilizar y al finalizar el trabajo.
7. Desinfectar las zonas de trabajo de forma programada, haciendo énfasis en las superficies metálicas (acero) y plásticas.

Para la maquinaria pesada

1. Mantener limpias las maquinarias en la obra, principalmente las zonas en contacto directo con las manos al momento de su uso, limpiando y desinfectando previa y posteriormente el manubrio, las palancas y botones de uso frecuente, la silla de conducción y en general cualquier otro elemento al alcance del operario. Realizar estas acciones antes y después del turno.
2. Asegurar la disponibilidad de limpiadores y desinfectantes al alcance de los operarios para realizar las limpiezas y desinfecciones previas y posteriores a su uso.
3. Asignar a un equipo de personas específicas la operación o manejo de equipos de maquinaria pesada, evitar el uso libre de estos equipos.
4. Al momento de recibir un cambio de turno, limpiar y desinfectar con alcohol las llaves, celular y otros elementos que se hayan asignado para el trabajo al interior de la obra para el uso de la maquinaria.
5. Cuando se opere la máquina, mantenga las ventanas abiertas.

Prácticas de trabajo seguro durante la ejecución de actividades para personal operativo en fábricas y bodegas

1. En áreas satélites (contenedores de obras, sucursales) se deberá contar con un delegado quien se encargue de vigilar y supervisar el ingreso y salida del personal de bodega, de acuerdo con las medidas de seguridad.
2. El personal de bodega deberá colocarse adecuadamente la mascarilla, su uso será permanente durante la jornada de trabajo.
3. El personal operativo deberá limpiar y desinfectar las zonas de trabajo de forma programada, haciendo énfasis en las superficies metálicas (acero) y plásticas.
4. Las herramientas de trabajo deben ser limpiadas y desinfectadas al inicio y final de la jornada; su uso será destinado a un solo operador durante cada jornada de trabajo.
5. En bodegas evitar la aglomeración de personal, permitiendo el ingreso de una única persona a la vez para retirar insumos.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 12 de 19

6. En la bodega realizar al menos dos limpiezas y desinfecciones por día.
7. No se permite el préstamo de elementos como lápices, bolígrafos, libretas, etc.

Prácticas de buen manejo del comedor

1. Las empresas deberán asegurar que los proveedores de servicio de catering y preparación de alimentos, o de entrega a domicilio, cuenten con protocolos para garantizar la inocuidad de los alimentos y comidas preparadas, así como también realizar inspecciones periódicas para evaluar el cumplimiento.
2. El personal del comedor evitará el uso de transporte público, y la compañía prestadora de servicio deberá proveer el medio de transporte para ello.
3. El proveedor del servicio es responsable de la vigilancia de la salud de sus trabajadores, y deberá garantizar las medidas de aislamiento por posible contagio por COVID-19.
4. Personal del comedor que haya estado en contacto con personas identificadas como caso sospecho o diagnóstico positivo COVID-19, no podrán ingresar a las instalaciones.
5. Personal del comedor deberá portar el equipo de protección personal necesario (uniforme, mascarilla, cofia, guantes nitrilo/PVC, gafas, botas antideslizantes), así como también son los responsables de la limpieza y desinfección de su equipo de protección personal.
6. El cumplimiento del protocolo de limpieza y desinfección del comedor, deberá ser realizado 3 veces por turno de 8 horas.
7. Definir 1 persona específica para la limpieza y desinfección continua de mesas y sillas cada vez que las personas se levanten de la mesa, así como también en la línea de servicio.
8. Cumplimiento e intensificación del protocolo establecido para la desinfección de los utensilios de cocina.
9. Los cubiertos deberán ser envueltos en servilletas, y su uso será individual.
10. Colocar los vasos boca abajo en una bandeja continuamente desinfectada, y que el trabajador se abastezca de la máquina de jugo.
11. El personal del comedor deberá cumplir con las medidas detalladas en el presente procedimiento desde el ingreso a las instalaciones.

Medidas para consumo de alimentos en las instalaciones

1. Se establecerán horarios de alimentación, se adicionarán nuevos turnos, para con esto utilizar la mitad del aforo del comedor y así cumplir la norma de distanciamiento social.
2. Los usuarios deberán retirarse las mascarillas, de acuerdo al anexo adjunto, y ubicarla en la zona segura dispuesta para ello. Finalizada la ingesta de alimentos deberán colocarse nuevamente la mascarilla.
3. Los trabajadores deben lavarse las manos con abundante agua y jabón y por lo menos durante 40 segundos, luego aplicar alcohol/alcohol gel al 70% antes y después de ir al comedor.
4. De manera ordenada y en fila, manteniendo una distancia mínima de 2 metros entre personas, acercarse a la línea de servicios de alimentos.
5. En las mesas del comedor se sentarán únicamente en diagonal, no frente a frente y no a uno al lado del otro.
6. No compartir alimentos, bebidas, utensilios, etc.
7. Evitar el uso de las manos para llevar los alimentos a la boca.
8. Al finalizar de ingerir los alimentos los platos serán entregados en la porta bandejas respetando las normas de distanciamiento social.
9. En el caso de no contar con servicio de catering dentro de las instalaciones, se dispondrá que, durante el periodo de emergencia sanitaria establecido por la autoridad de control, todo el personal deberá traer sus propios alimentos, los mismos que serán servidos en el área de comedor en los horarios de alimentación debidamente establecidos.
10. La empresa también podría disponer de un servicio de entrega de alimentos en las instalaciones con proveedores que cumplan con los requisitos necesarios para garantizar la inocuidad de los alimentos.

MEDIDAS PARA LA ATENCIÓN DE VISITANTES (CLIENTES Y PROVEEDORES)

Medidas generales

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 13 de 19

1. Limitar el ingreso de visitantes o cualquier persona ajena a la organización mientras se mantengan las restricciones por la pandemia del COVID-19.
2. Todo visitante deberá ingresar con su equipo de protección personal (cascos, calzado de seguridad, mascarillas, y guantes) según amerite.
3. Se suprime la entrega de chalecos y cascos para todo visitante que deba ingresar a las instalaciones de la empresa.
4. El visitante deberá cumplir con las medidas higiénicas para el ingreso a las instalaciones establecidas (control de temperatura, uso de pediluvio, túnel de desinfección, uso de alcohol gel/alcohol al 70%).
5. Se recomienda que las reuniones con personas externas a la compañía, se desarrollen en un número máximo de 4 personas, respetando el distanciamiento social; adicionalmente, no podrán tener una duración mayor a 30 minutos.
6. Toda entrega deberá ser programada con al menos 12 horas de antelación, y el delegado a cargo deberá estar en conocimiento para aprobación de ingreso. En caso de existir entregas emergentes por urgencia, el representante de compras, bodega y superintendente de obra deberán coordinar el proceso de recepción.
7. Informar a los proveedores que la recepción de insumos y material de obra se realizará en orden de llegada, y solo se atenderá a un proveedor a la vez.
8. Informar a proveedores antes de despachar los pedidos, que la validación y la recepción de facturas y soportes se hará de manera electrónica. De esta manera, se evita la entrega de sobres y el intercambio de documentos. De ser necesario el soporte físico, el personal de bodega deberá lavar y desinfectar sus manos después de manipular la documentación.

Medidas para atención a clientes

1. En zonas de atención al cliente o ventas, los jefes de estas o sus delegados, son los encargados de vigilar que se cumplan las medidas de bioseguridad, así como también del cumplimiento del ítem 2 y 4 para ingreso de los clientes a las instalaciones.
2. Al ingreso de cada zona de atención se deberá contar un pediluvio con desinfectante, en el cual los clientes deberán pisar con sus extremidades, y a continuación secarán su calzado en una manta seca para evitar caídas al mismo nivel.
3. En las cercanías a cajas deberá existir dispensadores de alcohol/ge al 70% para ser usado por los clientes.
4. Para la atención personalizada a los clientes, se debe mantener una distancia de al menos 2 metros entre el asesor comercial y el cliente, el asesor comercial y el cliente deberán obligatoriamente utilizar mascarilla.
5. Para la atención a clientes en la caja se deberá instalar en el piso una demarcación (línea horizontal), pudiendo ser con cinta adhesiva antideslizante o pintura. Esta demarcación deberá fijarse a una distancia de al menos de 1 metro de la caja. En caso de existir más cajas se deberá repetir la demarcación en cada zona de cobro.
6. No se permitirá el acceso a personas menores de 18 y mayores a 60 años por cada transacción y/o servicio que desee realizar en las instalaciones de la organización.
7. La capacidad máxima de personas en la zona de atención al cliente será de 10 personas, en caso de no cumplirse esto, el delegado deberá solicitar el desalojo de las personas.
8. Es obligatorio que el personal de caja, cada 30 minutos, realice el lavado correcto de manos con agua y jabón, y también después de la atención a cada cliente; sobre todo en caso de manipular dinero en efectivo aplicar gel anti bacterial al 70% o alcohol.
9. No se permite el préstamo de elementos como esferos, lápices, libretas, etc.

MEDIDAS PARA INGRESO Y SALIDA DE VEHICULOS DE CARGA:

1. Tanto el conductor como el ayudante deberán cumplir las medidas establecidas de acuerdo al ítem ingreso a las instalaciones, en las que se establece medición de temperatura, uso de pediluvio y túnel de desinfección.
2. Si se ha autorizado el ingreso del vehículo, realizar la desinfección de la cabina antes que el conductor regrese al vehículo, especialmente asientos, agarraderas, manillas y volante del vehículo, con el uso de la motobomba o aspersor manual.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 14 de 19

3. Todo vehículo particular o de carga deberá ser desinfectado pasando a través del túnel de desinfección diseñado para ello, o con las herramientas destinadas para tal fin.
4. Todo transportista debe contar con mascarilla, guantes y kit de desinfección (alcohol, alcohol/gel al 70% y toallas).
5. Dentro de las instalaciones el conductor del vehículo debe permanecer dentro de la cabina sin contacto con el personal de la planta, salvo que exista alguna exigencia para descender del vehículo.

MEDIDAS ESPECIALES PARA EL HOSPEDAJE DE PERSONAL EN OBRA

Aquellas empresas que tengan campamentos con instalaciones temporales como albergues de trabajadores de obra, deberán cumplir con todas las medidas de distanciamiento, ventilación, limpieza y desinfección de áreas planteadas en este documento.

Además, las especificaciones y adecuaciones de los campamentos como albergues de trabajadores de obra deben seguir las especificaciones aprobadas y establecidas en el Decreto Ejecutivo 2393 Reglamento de seguridad y salud de los trabajadores y mejoramiento del medio ambiente de trabajo, en su Capítulo IV Instalaciones provisionales en campamentos, construcciones y demás trabajos al aire libre y en el Acuerdo Ministerial 174 Reglamento de seguridad para la construcción y obras públicas en su Título Cuarto de Instalaciones provisionales.

Adicional, se deben tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

- a. Lavar diariamente la ropa de los trabajadores y mantener la disponibilidad de las prendas.
- b. El retiro de los desechos orgánicos e inorgánicos deberá efectuarse 2 veces al día. No deben mantenerse residuos en las instalaciones más de un (1) día.
- c. Antes de ingresar a dormitorios, se debe utilizar el túnel de desinfección y el pediluvio para el calzado (Se prohíbe el uso de químicos nocivos para la salud humana).
- d. Se debe disponer gel antibacterial, agua jabonosa o alcohol al 70% en los pasillos y corredores para que el personal haga uso cuando lo requieran.
- e. Los trabajadores al ingresar de los dormitorios deberán hacer uso del spray con alcohol al 70% o el spray con agua jabonosa dispuesto para aplicar en las botas de trabajo y ropa.

MEDIDAS PARA LA DISPOSICIÓN DE RESIDUOS PELIGROSOS E INFECCIOSOS (EPP CONTAMINADOS)

Todos los equipos de seguridad personal de obreros, técnicos y administrativos con sospecha o síntomas de COVID19, deben ser gestionados de una forma responsable tomando todas las medidas de bioseguridad para su almacenamiento y posterior desalojo con empresas con autorización ambiental para la gestión de desechos especiales y/o peligrosos, de acuerdo con el PROTOCOLO DE MANEJO DE DESECHOS GENERADOS ANTE EVENTO CORONAVIRUS COVID-19 emitido por el COE Nacional.

- a. El técnico ambiental o el técnico SSA que se encuentre en obra, gestionará el almacenamiento de equipos de protección personal utilizados por los obreros, técnicos y visitas, en especial mascarillas, guantes y gafas.
- b. El técnico ambiental o el técnico SSA, capacitará al personal obrero y técnico en el manejo y disposición final de EPP, insistiendo en que no se deben mezclar con la basura común o desechos de construcción.
- c. Los EPP utilizados deberán ser depositados en áreas asignadas para los mismos, que deben permanecer con la señalización respectiva.
- d. Los tanques para depósito de EPP utilizados, deben ser metálicos con tapa y dentro de estos, se debe colocar una funda color rojo.
- e. Los tanques de almacenamiento de residuos deben estar bajo cubierta evitando contacto directo con el agua y el viento.
- f. El desalojo de estos EPP se los realizará semanalmente, siguiendo todos los protocolos de bioseguridad.

Versión 1.1 12-05-2020	PROTOCOLO PARA PLAN PILOTO DE REACTIVACIÓN DEL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR EL COVID19	COMITÉ COE CONSTRUCCIÓN-001
		Página 15 de 19

Es responsabilidad de trabajadores y empresarios el cumplimiento íntegro de lo descrito en este documento. En caso de incumplimiento se sancionará en función a lo descrito en el reglamento interno y al Código de Trabajo en relación a seguridad y salud de trabajadores.

ANEXO

INSTRUCTIVO PARA LAVADO DE MANOS

Duración del procedimiento: 40-60 segundos

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



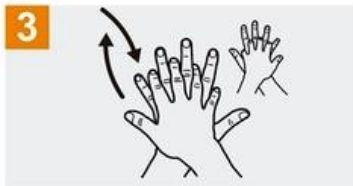
0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



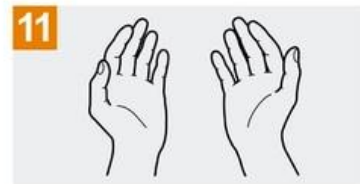
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

PROTOCOLO DE ENTRADA A CASA, CONVIVENCIA Y SALIDA DE CASA.

**PROTOCOLO ENTRADA A CASA
ACCIONES QUE SUMAN Y CUDAN A LOS TUYOS FRENTE AL COVID 19**

1

Al regresar a casa
intenta no tocarnada.



2

Quítate los zapatos
en la entrada de tu casa.



3

Desinfecta las patas de
tus mascotas si las estabas
paseando o si se encontraban
fuera de tu casa.



4

Quítate la ropa exterior
y lávala lo más
pronto posible.



5

Deja tu bolso, llaves, cartera,
etc. en una caja en la entrada
de tu casa.



6

Dúchate o si no puedes
lávate bien todas las zonas
que estuvieron expuestas en
el transcurso del día.



7

Desinfecta las superficies
de los artículos que hayas
traído de afuera antes de
guardarlos.



8

Limpia tus objetos
personales con
desinfectante o alcohol.



9

Si has usado guantes
retíralos con precaución
y luego lávate muy bien
las manos.



10

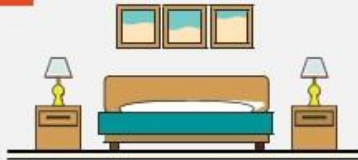
Recuerda que no es posible
hacer una desinfección
total, el objetivo es reducir
el riesgo.



PROTOCOLO DE CONVIVENCIA CON PERSONAS CON COVID-19.

**PROTOCOLO DE CONVIVENCIA
CON PERSONAS CON RIESGO DE CONTAGIO DE COVID 19**

1



Dormir en camas separadas.

2



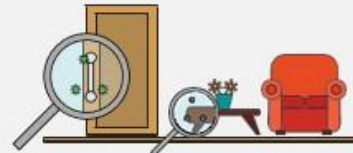
Utilizar baños diferentes en la medida de lo posible y mantenerlos desinfectados.

3



No compartir toallas, cubiertos, vasos, etc.

4



Limpiar y desinfectar a diario las superficies de alto contacto.

5



Lavar ropa, sábanas y toallas frecuentemente.

6



Ventilar a menudo los espacios de tu casa.

7



Llamar a los teléfonos designados si se presenta más de 38° de fiebre y dificultad para respirar

8



No rompas la cuarentena durante 2 SEMANAS. Cada salida de casa es un reinicio al contador

PROTOCOLO PARA COLOCACIÓN DE LA MASCARILLA.

Es importante un buen ajuste de las mascarillas



1
La cara debe encontrarse
limpia, seca y libre de vello.



2
Desplegar los paneles superior
e inferior y moldear el clip nasal
para dar forma a la mascarilla.



3
Sujetando la mascarilla con una
mano y las bandas de ajuste con
la otra, colocarla sobre la nariz y la
boca. Pasar las bandas de ajuste
hasta la coronilla.



4
Dejar la banda elástica superior
a la altura de la coronilla y la
inferior en la nuca.



5
Desplegar el panel superior por
encima de la nariz y el inferior por
debajo de la barbilla buscando el
máximo ajuste a la cara.



6
Adaptar el clip nasal presionando
con ambas manos para que se
adapte a la forma de nariz y cara.



7
Cubra la mascarilla con ambas
manos e inhale profundamente. Si
nota alguna entrada de aire por los
bordes reajuste de nuevo.

El clip nasal debe estar bien
adaptado a la forma de la nariz
(recuerde utilizar las 2 manos)

La mascarilla debe estar
bien colocada sobre la
nariz, la cara y la barbilla

Asegúrese de que todos los paneles
están perfectamente acoplados
a su cara

La banda superior debe quedar
situada sobre la coronilla y no
debe estar retorcida

La banda inferior debe
quedar en la nuca y no
debe estar retorcida

PRUEBA DE AJUSTE