

econocom

# Reactivación de la actividad de Econocom

24 Junio 2020

econocom

## 01. SALIDA GRADUAL DEL CONFINAMIENTO

## SALIDA GRADUAL DEL CONFINAMIENTO

LA PREVISIÓN ORIENTATIVA PARA EL LEVANTAMIENTO DE LAS LIMITACIONES DE ÁMBITO NACIONAL ESTABLECIDAS EN EL ESTADO DE ALARMA, SE HA ESTABLECIDO EN 4 FASES DE TRANSICIÓN A UNA NUEVA NORMALIDAD

### **BILBAO, PALMA**

**Fase 0 > 4 de mayo**

**Fase 1 > 11 de mayo+15 días--> 11/04 - 24/04**

**Fase 2 +15 días--> 25/05 – 7/06**

**Fase 3 +15 días--> 8/06 – 21/06**

**Final de Fase 3: 22 de junio**

### **MADRID, BARCELONA, VALENCIA**

**Fase 0 > 4 de mayo**

**Fase 1 > 25 de mayo+15 días--> 25/05 - 07/06**

**Fase 2 +15 días--> 08/06 – 21/06**

**Fase 3 +15 días--> 22/06 – 05/07**

**Final de Fase 3: 6 de julio**

En el ámbito LABORAL, la Fase 0 establecía el Teletrabajo como preferente, en las empresas y puestos donde sea posible. Donde no sea posible, se establece un escalonamiento en la entrada y salida de centros de trabajo.

La Fase 1 se establecía la necesidad de realizar un Análisis de las exigencias de Prevención de Riesgos Laborales necesarias en las distintas actividades, adaptadas al COVID-19.

La Fase 3 requiere protocolos de reincorporación presencial a las empresas para la actividad laboral (uso de EPIs y/u otras medidas de seguridad), con horario escalonado y garantías de conciliación.

econocom

## 02. RETORNO GRADUAL A LA ACTIVIDAD HABITUAL

## RETORNO GRADUAL A LA ACTIVIDAD HABITUAL

El retorno a las oficinas se realizará de forma gradual y respetando las medidas de distanciamiento social recomendadas por las autoridades sanitarias:

- Se establece un sistema de % de trabajadores por departamentos que podrán acudir a las oficinas de Econocom

<b>A.</b> Fase 0, 1 y 2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Situación de teletrabajo general</li><li>• Están autorizadas visitas puntuales a la oficina para realizar gestiones que únicamente se puedan realizar presencialmente</li></ul>
<b>B.</b> Fin del estado de alarma - Septiembre	<ul style="list-style-type: none"><li>• Máximo 50% de trabajadores de cada departamento</li><li>• Se organiza cada departamento para no superar el cupo</li><li>• Es obligatorio acordar con tu responsable tu asistencia a la oficina, con un mínimo de 24 horas de antelación</li><li>• La duración de este período transitorio será hasta Septiembre, susceptible de modificación en función de la evolución de la situación sanitaria</li></ul>
<b>C.</b> Final del estado anterior	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sin restricciones</li></ul>

Las fechas y las fases se podrán modificar en función de las directrices que marquen las autoridades sanitarias en cada uno de los casos



## RETORNO GRADUAL A LA ACTIVIDAD HABITUAL

**Las fechas propuestas dependen de las fases establecidas en el plan del Gobierno y de su aplicación en cada Comunidad Autónoma.**

**Se establecerán medidas de distanciamiento social en las oficinas durante el período B de ECONOCOM**

Durante este período de regreso a la normalidad aquel trabajador considerado hasta ahora “personal sensible” podrá acudir a las oficinas, siempre que así lo desee, no siendo obligado por parte de la empresa

Trabajadores con mayores dependientes y menores a su cargo podrán continuar teletrabajando durante este período transitorio. La empresa requerirá la documentación específica y oficial que acredite el vínculo de primer grado y la dependencia.

Para aquellos puestos que así lo dictamine el informe específico de PRL, se les proveerá de las EPIs necesarias para desarrollar su actividad con las medidas de protección adecuadas

econocom

## 03. MEDIDAS Y RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD EN LA SALIDA GRADUAL DEL CONFINAMIENTO

# econocom

## Dentro de las oficinas Econocom

- 1 Se debe mantener en todo momento un mínimo de 1,5 metros de distancia entre los trabajadores en las oficinas y en las zonas comunes de los edificios (lobby, pasillos, servicios, etc.). Se debe evitar el contacto físico
- 2 El uso de la mascarilla dentro de las oficinas de Econocom es obligatorio, exceptuando en el puesto de trabajo.
- 3 La empresa pondrá a disposición de cada trabajador de las oficinas de Econocom 1 mascarilla al día
- 4 Solo se podrán sentar en puesto alternos (dejando un puesto libre como en el gráfico de la siguiente página) y siempre en diagonal (no se podrán sentar en puestos directamente enfrentados)
- 5 Las mesas son de libre disposición para permitir el obligatorio distanciamiento, por lo que deben dejarse lo más limpio y diáfano posible para la siguiente persona que lo vaya a utilizar. Es obligatorio limpiar la mesa y los elementos que se hayan utilizado con gel hidroalcohólico y un papel para la siguiente persona que lo vaya a utilizar.
- 6 Se recomiendan las reuniones mediante herramientas telemáticas, y en caso de ser necesarias, respetar el aforo máximo de cada sala (ver Anexo ) En los locutorios está permitido una sola persona
- 7 De los Office se podrán utilizar las mesas (con distanciamiento social obligatorio) como modelo “picnic”, pero no se podrán utilizar ningún elemento de los mismos (vajilla, neveras, microondas, etc.)
- 8 No se podrá consumir dentro de las oficinas ningún tipo de alimento que no sea en el office y siempre guardando las medidas de protección y distanciamiento social. Para líquidos la oficina habilitará exclusivamente la máquina de café y dispensador de agua con envases desechables
- 9 Se deberá mantener al menos 1,5 metros de distancia en caso que se requiera hacer uso de las impresoras y otros elementos de uso común
- 10 Se recomienda lavarse frecuentemente las manos con jabón o con gel hidróalcohólico que estará distribuido en las oficinas

# econocom

Ejemplo de distribución en las oficinas con distanciamiento social (Períodos B de Econocom)



# econocom

## Dentro de las oficinas Econocom

- 11** Colocación de gel hidroalcohólico en los accesos a las oficinas
- 12** Se deshabilitarán los lectores biométricos de las oficinas, debiendo hacer uso exclusivo del fichaje web o mediante la app.
- 13** Se han reforzado los protocolos de limpieza en las oficinas, para dar prioridad a la desinfección de elementos más expuestos a la contaminación por contacto: botoneras, barandillas, pomos de puertas, griferías...
- 14** Utilización de productos desinfectantes para la limpieza de las oficinas.
- 15** Se cuenta con termómetros de alta precisión para controlar la temperatura de las visitas y de todos los proveedores y personal de obras y contratas. Estos equipos están igualmente a disposición de los trabajadores que necesiten hacer uso de ellos.
- 16** Instalación de mamparas protectoras en recepción.
- 17** Se prevé la desinfección de toda la paquetería que llegue al edificio. Solamente la paquetería relacionada con la propia actividad de la empresa será admitida. Todo lo demás se rechazará automáticamente, incluyendo envíos privados.
- 18** En caso de presentar síntomas, no se debe acudir al puesto de trabajo y avisar inmediatamente a su responsable, a PRL y a RRHH de esta circunstancia.
- 19** Estas normas son de obligatorio cumplimiento para todos los trabajadores de Econocom, su no cumplimiento será sancionado.
- 20** La colaboración activa de todos y cada uno de los trabajadores es indispensable para que estas medidas expuestas en esta guía sean efectivas y prevengan la infección del Covid-19 en nuestros centros de trabajo.

# econocom

## Dentro de las oficinas del cliente

- 1 Los trabajadores que desempeñen su actividad en las oficinas de nuestros clientes deberán seguir los protocolos que rigen en sus respectivos centros de trabajo.
- 2 Las medidas de protección y seguridad descritas en esta guía no son de aplicación directa en los centros de trabajo de los clientes de Econocom
- 3 Cualquier duda que el trabajador pueda tener respecto a la implementación de los protocolos de seguridad y salud en sus respectivos centros de trabajo deberá poner en contacto con el departamento PRL de Econocom ([prevencion@econocom.com](mailto:prevencion@econocom.com)) que se pondrá en contacto con el respectivo servicio de prevención del cliente
- 4 En el caso de que algún trabajador muestre cualquier síntoma relacionado con COVID-19, evitara el acceso a las instalaciones del cliente, y en el caso de que diera positivo en COVID-19 guardará la correspondiente cuarentena
- 5 Comunicará a Econocom el caso positivo de algún trabajador que haya estado trabajando en las instalaciones y si se hubiera dado el caso de concurrir con algún trabajador, indicará la identidad de este



## En las zonas comunes del edificio

Durante este período de transición se recomienda espaciar las entradas y las salidas de la oficina para evitar aglomeraciones

Señalización de distancia mínima de seguridad en aquellos lugares donde puedan producirse aglomeraciones o esperas (recepción, control de accesos, vestíbulo ascensores...) y cartelería instando a respetar las distancias.

Se han cambiado recientemente los filtros del aire para mejorar la calidad del aire (CMS)

Se recomienda el uso de las escaleras para acceder a las oficinas

En cabinas de ascensores se ha limitado la capacidad a 2 persona por cabina. (CMS)

Se recomienda no pegar la tarjeta en los lectores de los tornos. Bastaría con acercar la tarjeta (a ser posible libre de la funda) a 1 cm del lector, para acreditar el acceso y la preselección de la cabina del ascensor.

En las plantas, se recomienda tocar la botonera del ascensor con el codo.

Lavarse las manos inmediatamente después de hacer uso del aseo

# econocom

## En los desplazamientos a la oficina

### **En los viajes en bus:**

Salvo que el conductor este protegido por una mampara, deberá acceder al vehículo por la parte trasera

No te sientes en la fila posterior a la butaca ocupada por el conductor

Debes procurar la máxima separación posible entre compañeros de viaje

La mascarilla es de uso obligatorio

### **En Metro o Cercanías:**

Tratar de separarse de las personas que estén junto a ti (al menos 1m)

Se deben obedecer los mensajes emitidos cada 10 minutos aproximadamente, relacionados con las medidas a seguir para evitar la exposición al COVID-19, y en los que se indican que los viajeros se distribuyan a lo largo del andén y en el interior de los trenes durante su viaje. El uso de la mascarilla es obligatorio en el transporte público.

### **En Taxi:**

Solo debe estar ocupado el vehículo por otra persona a parte del conductor y estar separados lo máximo posible. Obligatorio portar la mascarilla en todo momento.

### **Vehículo privado**

Es recomendable mantener la mayor distancia posible entre los ocupantes dentro del vehículo. Ir máximo una persona por fila de asientos y en diagonal.

# econocom

## Proveedores en instalaciones de Econocom

Con el objetivo de minimizar o limitar la exposición a COVID-19, en las instalaciones de Econocom o de clientes, se solicitará al responsable de la empresa proveedora, que garantice el cumplimiento de las siguientes Medidas:

- 1 Deberán utilizar los equipos de protección Individual necesarios de conformidad a su actividad
- 2 Haber informado a sus trabajadores del protocolo de Reactivación de Econocom o el correspondiente plan de desconfinamiento del cliente en el que se encuentre trabajando
- 3 Se va a solicitar la firma de una declaración responsable, a las empresas que presten servicios dentro de las instalaciones de Econocom y sus empleados, para que puedan manifestar la ausencia de síntomas en los últimos 15 días, recordándoles las obligaciones de comunicar los mismos a las autoridades sanitarias, cuando así ocurra
- 4 Se exigirá a todos los proveedores que desarrollen sus labores en las zonas comunes, que lo hagan portando mascarilla
- 5 En el caso de que algún trabajador muestre cualquier síntoma relacionado con COVID-19, evitara el acceso a las instalaciones de Econocom, y en el caso de que diera positivo en COVID-19 guardará la correspondiente cuarentena
- 6 Comunicará a Econocom el caso positivo de algún trabajador que haya estado trabajando en las instalaciones y si se hubiera dado el caso de concurrir con algún trabajador, indicará la identidad de este
- 7 [Link](#) al formulario

econocom

## 04. PROTOCOLO DE VISITAS A LAS OFICINAS ECONOCOM



## PROTOCOLO DE VISITAS PROFESIONALES A LAS OFICINAS ECONOCOM

Durante este período de transición se permitirán las visitas profesionales a las oficinas de Econocom pero deberán estar ligadas al obligatorio cumplimiento del siguiente protocolo:

1. Todos los invitados recibirán por email y con antelación este protocolo de vistas. Debe estar expresamente aceptado para poder acceder a las oficinas de Econocom.
2. Solamente se aceptarán visitas externas que previamente hayan sido formalmente aceptadas y reservada la sala correspondiente.
3. En el acceso al edificio donde se ubique la oficina de Econocom, se deben respetar las medidas de protección implementadas en cada caso
4. Al acceder a la oficina, los invitados deben hacer uso del gel hidroalcohólico puesto a disposición en los accesos
5. Todos los invitados y el personal de Econocom deben portar en todo momento de la visita una mascarilla, incluidas las zonas comunes
6. Los invitados deben estar acompañados en todo momento por la persona de Econocom que haya realizado la invitación
7. Se debe mantener en todo momento la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros
8. Debe evitarse el contacto físico entre los asistentes
9. Debe respetarse el aforo máximo de la sala reservada y situarse dentro de la sala manteniendo las distancias de seguridad
10. Solamente se podrá ofrecer durante la visita bebida en un recipiente desechable o precintado.
11. En caso de tener que hacer uso de los servicios, se recomienda el lavado de manos después de su uso (ver Anexo)
12. Se ruega posponer la visita en caso de que alguno de los participantes presente alguno de los siguientes síntomas: tos, fiebre, sensación de falta de aire, disminución del olfato y el gusto, vómitos o diarrea
13. Se recomienda evitar el intercambio de cualquier tipo de objetos: tarjetas de visita, bolígrafos, presentaciones en papel, etc.
14. Las visitas no profesionales y/no previamente autorizadas no están permitidas
15. [Link](#) al formulario

**El objetivo de estas medidas es la protección tanto de los invitados como de los trabajadores de Econocom.**

econocom

## 05. PROTOCOLO PARA LA GESTIÓN DE CONTACTOS CON INFECTADOS



## PROTOCOLO PARA LA GESTIÓN DE CONTACTOS CON INFECTADOS

El Servicio de Prevención Mancomunado ECONOCOM establecerá los mecanismos para la investigación y seguimiento de los contactos estrechos en el ámbito de sus competencias

**Contacto Estrecho** con caso posible, probable o confirmado de COVID-19\_ Se retirará a la persona trabajadora de la actividad laboral y realizará cuarentena domiciliaria durante 14 días, con vigilancia activa de los síntomas. Se valorará la realización de una prueba de diagnóstico por PCR o Serología Cuantitativa. En caso en el que PCR sea negativo, podrá incorporarse a la actividad profesional

Se extremarán las medidas de higiene corporal.

**Contacto Causal** con posible, probable o confirmado COVID-19\_ Continuará con la actividad laboral normal y se realizará vigilancia pasiva de aparición de síntomas

**Personal sintomáticos**, en el caso de que alguno de los trabajadores presentara síntomas compatibles con una infección respiratoria aguda, se colocará una mascarilla quirúrgica y se retirará de su actividad laboral.

Si la PCR es positiva y la sintomatología no requiere hospitalización, se realizará cuarentena domiciliaria de 14 días. Si es negativa, la persona trabajadora se incorporará a su puesto de trabajo.



## PROTOCOLO PARA LA GESTIÓN DE CONTACTOS CON INFECTADOS

### COMUNICACION

la vía de **COMUNICACIÓN**, en el caso de existir contacto casual con caso posible, probable o confirmado de COVID-19: Mediante correo electrónico a [prevencion@econocom.com](mailto:prevencion@econocom.com), en el que se indicarán los datos que a continuación se detallan:

- Último día que trabajó que estuvo trabajando en la oficina o Centro del cliente.
- Si presentaba alguna sintomatología.
- Dependencias que utilizó
- Relación de Trabajadores de Econocom o de otras empresas externas con los que hubiera podido concurrir, en contacto estrecho o en contacto cercano

econocom

## 06. PROTOCOLO DE GESTIÓN DE PERSONAL ESPECIALMENTE SENSIBLE



## PROTOCOLO DE GESTIÓN DE PERSONAL ESPECIALMENTE SENSIBLE

Por parte de Grupo Econocom, se ha puesto en marcha el protocolo para identificar y gestionar aquellos trabajadores considerados como Personal Sensible. Pero, a partir del levantamiento del estado de alarma, quedan estos trabajadores sin tal consideración, pudiendo incorporarse aquellos trabajadores con esta calificación a las oficinas de Econocom, si ese fuese su deseo.

econocom

## 07. FUENTES DE INFORMACIÓN

# econocom

Para la realización de este informe se han tenido en cuenta las siguientes fuentes: Ministerio de Sanidad. Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias.

A continuación indicamos los principales puntos de interés general:

## **Situación actual**

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

## **Información para los ciudadanos**

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

# econocom

## Preguntas y respuestas

- [Preguntas y respuestas sobre COVID-19 02.04.2020](#)
- [Guía de buenas prácticas en el centro de trabajo 11.04.2020](#)
- [https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19\\_Mascarillas\\_higienicas\\_poblacion\\_general.jpg](https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_Mascarillas_higienicas_poblacion_general.jpg)
- [https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19\\_como\\_protegerse.jpg](https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_como_protegerse.jpg)

## Consejos para el día a día

- [https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19\\_uso\\_correcto\\_mascarillas.pdf](https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19_uso_correcto_mascarillas.pdf)
- [https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19\\_Mascarillas\\_higienicas\\_poblacion\\_general.jpg](https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_Mascarillas_higienicas_poblacion_general.jpg)
- [https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19\\_Mascarillas\\_quirurgicas.jpg](https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_Mascarillas_quirurgicas.jpg)

## Bienestar emocional

- [https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19\\_gestion\\_emocional.jpg](https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_gestion_emocional.jpg)

econocom

## 08. ANEXOS

# econocom

## AFORO MÁXIMO DE SALAS DE ECONOCOM DURANTE EL PERÍODO DE TRANSICIÓN (PERÍODO B DE ECONOCOM)

BARCELONA			
NOMBRE	UBICACIÓN	CAPACIDAD ACTUAL	PERÍODO B
Diseña	Modulo 1 – Planta 0	5	2
Sala Innovación	Modulo 12 - Planta 1	12	4
Meeting room	Modulo 12 - Planta 1	12	4
Emprende	Modulo 12 - Planta 1	3	
Imagina	Modulo 12 - Planta 1	3	
Evolución	Modulo 16 - Planta 1 Sala 3	8	3
Videoconferencia	Planta 0 Sala 4	8	3
Formación	Planta 0 Sala 5	8	3

BILBAO			
NOMBRE	UBICACIÓN	CAPACIDAD	PERÍODO B
Transforma	Planta 7 – Sala 1	8	3

VALENCIA			
NOMBRE	UBICACIÓN	CAPACIDAD	PERÍODO B
Experimenta	Oficina 906 - Planta 9 - Sala 1	12	4

MADRID			
NOMBRE	UBICACIÓN	CAPACIDAD	PERÍODO B
Einstein	Edificio 2 - Planta 0 - Sala 13	5	2
Estudio	Edificio 2 - Planta 2 - Sala 18	5	2
IOT	Edificio 2 - Planta 2 - Sala 4	8	3
Madrid	Edificio 2 - Planta 2 - Sala 5	25	8
Showroom	Edificio 2 - Planta 2 - Sala 6	5	2
Blockchain	Edificio 2 - Planta 2 - Sala 7	5	2
Green IT	Edificio 2 - Planta 2 - Sala 8	5	2
Data Center	Edificio 2 - Planta 2 - Sala 9	5	2
Darwin	Edificio 4 - Planta 0 - Sala 12	12	3
Generación X	Edificio 4 - Planta 2 - Sala 1	25	8
Centennials	Edificio 4 - Planta 2 - Sala 3	5	2
CPH	Edificio 4 - Planta 5	8	3
Norte	Edificio 4 - Planta 5	8	3
Sur	Edificio 4 - Planta 5	8	3
Dalí	Edificio 8 - Planta 5 - Sala 14	8	3
Goya	Edificio 8 - Planta 5 - Sala 15	4	
Velazquez	Edificio 8 - Planta 5 - Sala 16	8	3
Picasso	Edificio 8 - Planta 5 - Sala 17	8	3

## ¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?



La transmisión se produce por contacto directo de las mucosas de nariz, ojos o boca con las gotas respiratorias que emite una persona enferma al toser o estornudar; o a través de las manos contaminadas con esas gotas, al tocarse dichas mucosas.

Es poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de dos metros.

Cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas antes de desarrollar síntomas o con síntomas leves.



## ¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



**Lávate las manos** frecuentemente y meticulosamente



**Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca,** ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, **cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**



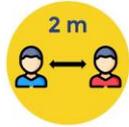
**Utiliza mascarilla higiénica** cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad o en el transporte público



**Limpia con regularidad** las superficies que más se tocan



**Usa pañuelos desechables** para eliminar secreciones respiratorias y tíralos tras su uso



Mantén **2 metros de distancia** entre personas



**Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación** y consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

6 mayo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

**#ESTE VIRUS  
LO PARAMOS  
UNIDOS**



## Limpieza de manos



MÓJESE LAS MANOS



UTILICE JABÓN



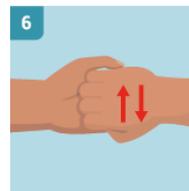
FROTAR LAS MANOS  
PALMA A PALMA



ENJABONE BIEN EL  
DORSO DE SUS  
MANOS



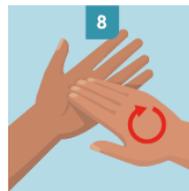
FROTE ENTRE SUS  
DEDOS



ASEGÚRATE DE  
LIMPIAR BIEN LAS  
UÑAS FROTANDO CON  
LAS MANOS CERRADAS



FROTE LOS  
PULGARES CON  
MOVIMIENTOS  
ROTATORIOS



LÁVESE LAS YEMAS Y  
UÑAS DE LOS DEDOS



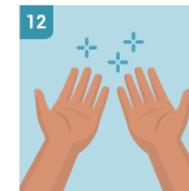
ACLARAR LAS MANOS



SECAR CON UNA  
TOALLA DESECHABLE



USE LA TOALLA PARA  
CERRAR EL GRIFO



SUS MANOS ESTÁN  
LIMPIAS

## ¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?



Los síntomas más comunes de la nueva enfermedad por coronavirus (COVID-19) incluyen:

Fiebre



Tos



Sensación de falta de aire



En algunos casos también puede haber disminución del olfato y del gusto, diarrea o vómitos, o lesiones variadas en la piel, en el pecho o en los dedos de manos o pies, generalmente en niños y adolescentes sin otros síntomas.

La **mayoría** de los casos son **leves**

# econocom

## Nuevo coronavirus: Qué hacer

Si presentas **alguno** de los siguientes **síntomas**:

Fiebre



Tos



Quédate en casa y llama al teléfono habilitado en tu Comunidad Autónoma

Si tienes:

Sensación de falta de aire



Empeoramiento

Sensación de gravedad

Llama al **112**

Es un teléfono de urgencias.  
Su buen uso depende de todos.



Andalucía	900 400 061 / 955 545 060
Aragón	976 696 382
Asturias	900 878 232 / 984 100 400 / 112 marcando 1
Cantabria	900 612 112
Castilla La Mancha	900 122 112
Castilla y León	900 222 000
Cataluña	061
Ceuta	900 720 692
C. Madrid	900 102 112
C. Valenciana	900 300 555
Extremadura	112
Galicia	900 400 116
Islas Baleares	061
Canarias	900 112 061
La Rioja	941 298 333
Melilla	112
Murcia	900 121 212
Navarra	948 290 290
País Vasco	900 203 050

## ¿Has estado en contacto con alguien con síntomas de COVID-19?



### Si has sido un contacto “estrecho”, es decir:

- Has sido cuidador/a de esa persona
- Has tenido un contacto a menos de 2 metros de forma continuada

**#Cuarentena  
EnCasa**

### No debes salir en 14 días salvo:

- Necesidad de asistencia sanitaria
- Indicación por trabajar en servicio esencial

**Y si  
tienes  
síntomas**

**#Aíslate  
Quédate  
en tu  
habitación**

Consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)

26 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:

[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)

@sanidadgob

**#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS**





En primer lugar, debemos saber si hemos tenido un **contacto estrecho** o no. Un contacto estrecho se produce cuando:

has cuidado a una **persona** con coronavirus o con sospecha de coronavirus



has mantenido una **relación próxima** (menos de 2 metros) y continuada



¿Eres un contacto estrecho?

SI

cuarentena domiciliaria

No debes salir a la calle salvo necesidad de asistencia sanitaria



Utiliza mascarilla médica/quirúrgica cuando estés con los convivientes en la casa y si tienes que salir a la calle

NO

quédate en casa

Sólo puedes salir en las excepciones indicadas en el Real Decreto de Estado de Alarma y órdenes posteriores



Tanto si eres un contacto estrecho como si no lo eres:

- Si tienes fiebre o tos [llama al teléfono habilitado por tu comunidad autónoma](#)
- Si tienes sensación de falta de aire, empeoramiento o sensación de gravedad llama al 112
- Para más información consulta el ["Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19"](#)



econocom