



Organización
Internacional
del Trabajo



**UNHCR
ACNUR**
La Agencia de la ONU
para los Refugiados

▶ Guía sobre Salud y Seguridad en el Trabajo

para la prevención y mitigación de la COVID-19 de las personas refugiadas, solicitantes de refugio y migrantes en Costa Rica

RESUMEN



¿Para qué sirve esta Guía?

La Guía práctica de Salud y Seguridad en el Trabajo es un instrumento de apoyo para la reducción del impacto de la pandemia de COVID-19 en los lugares de trabajo y **la protección de la salud de las personas trabajadoras refugiadas, solicitantes de refugio y migrantes.**

¿Qué información va a encontrar en ella?

Esta herramienta brinda una serie **pasos y recomendaciones** para la elaboración del Plan de preparación y respuesta para la prevención y mitigación del COVID-19 en las empresas donde participan las personas refugiadas, solicitantes de refugio y migrantes.

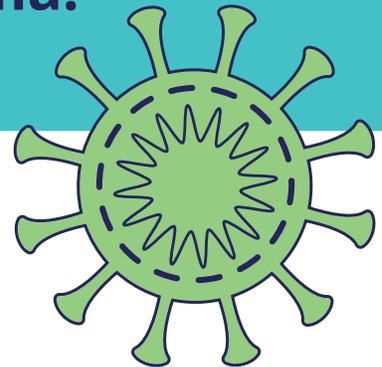
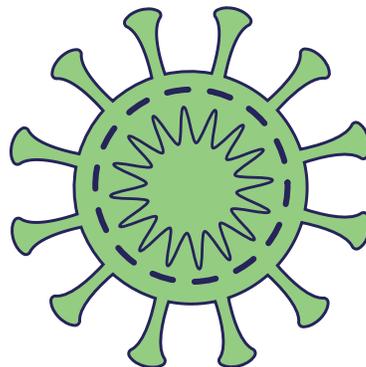
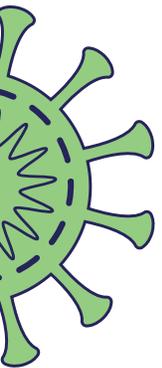
¿A quién está dirigida?

Se dirige a personas personas refugiadas, solicitantes de refugio y migrantes que laboran en el territorio nacional, así como a personas propietarias, administradoras, trabajadoras de salud ocupacional, y otros actores sociales involucrados en temas de salud y seguridad en el trabajo.

▶ ¿Qué es el COVID-19?

Es una enfermedad respiratoria causada por el coronavirus (SARS-COVID-2), que se transmite de persona a persona.

Actualmente no existe un tratamiento o vacuna específica para la misma.



¿Cuáles son los síntomas?



- Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual.
- Algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal, pero pueden transmitir el virus a otras personas.



¿Cómo se contagian las personas?



Población migrante en Costa Rica

8.7%

de la población de Costa Rica son personas **migrantes**

=

417,000 personas

Provenientes sobre todo de Centroamérica y otras regiones del continente americano

de ellas

90,000 refugiadas y/o solicitantes de asilo





Categorías migratorias

Persona solicitante de asilo/refugio

Es aquella que cruza una frontera internacional debido a un fundado temor de persecución, y debido a ello, inicia un procedimiento ante la autoridad competente en el Estado receptor, para ser reconocida como refugiado/a. Dicha solicitud se encuentra aún pendiente de resolución y hasta ese momento la persona no debe ser retornada a su país de origen y tiene acceso temporal a todos los derechos de las personas refugiadas. No toda persona que solicita la condición de refugiado/a es reconocido/a como tal.

Persona refugiada

Una persona que debido a fundados temores de ser perseguida por motivos de raza, religión, nacionalidad, pertenencia a un grupo social particular, opinión política, se encuentra fuera del país de su nacionalidad, y no puede o, a causa de dichos temores, no quiere acogerse a la protección de ese país.

Persona migrante

Persona que deja su lugar habitual de residencia para establecerse fuera en otro país para poder mejorar su calidad de vida. Este término es también utilizado para referirse a personas que intentan ingresar a un país sin los permisos legales y/o utilizando los procedimientos de asilo sin una causa de buena fe. También aplica a las personas que se establecen fuera de su país de origen durante la duración de una temporada agrícola o turística, apropiadamente llamados "trabajadores temporales".

Persona trabajadora fronteriza

Son trabajadores transfronterizos las personas extranjeras vecinas de las zonas aledañas a las fronteras de Costa Rica, autorizadas por la DGME para ingresar al territorio nacional y así egresar de él, con el fin de realizar actividades asalariadas, autorizadas, tomando como referencia, entre otros, los estudios técnicos aplicados por el MTSS.

Persona desplazada internamente

Persona forzada a dejar de manera espontánea su lugar habitual de residencia para huir de conflictos armados, situaciones de violencia generalizada o violaciones sistemáticas a sus derechos humanos, o para escapar de desastres naturales o provocados por el hombre y de sus efectos, dentro de las fronteras de su país de origen.

Persona migrante en condición irregular

Persona migrante cuya entrada a un país se dio sin cumplir los requisitos administrativos, o ha que expiró la vigencia regular de su estancia. El término se aplica a nacionales que hayan infringido las reglas de tránsito o admisión del país huésped; personas que intentan obtener asilo sin una causa justificada; y otras personas no autorizadas a permanecer en el país de destino. Estas personas también pueden definirse como “migrantes indocumentados”, “migrantes clandestinos”.

Persona trabajadora temporal

Es un trabajador migrante cuyo trabajo depende de condiciones de temporada y es, por consecuencia, desarrollada únicamente durante parte del año. Este establece su residencia en un país durante la duración de su trabajo. Se definen también otras categorías más específicas, tales como “marino”, “trabajador vinculado a un proyecto”, y “trabajador itinerante”.

Una persona trabajadora extranjera tiene los mismos derechos para la protección de su salud en los lugares de trabajo.

- Todas las personas trabajadoras tienen derecho a iguales condiciones de protección en los lugares de trabajo, y particularmente tanto para la prevención y mitigación de la COVID-19.
- Una persona trabajadora extranjera que realiza sus labores sin estar autorizada para trabajar o que se encuentra en situación migratoria irregular, también cuenta con los mismos derechos.

Dentro de los derechos reconocidos por la legislación costarricense, se contemplan:

1. Derecho a la libertad de trabajo y acceso a un puesto de trabajo.
2. Derecho a la igualdad de condiciones en el trabajo y a la no discriminación.
3. Derecho al debido proceso en los trámites de deportación.
4. Derecho de acceso a la documentación pública necesaria para el trabajo.
5. Derecho a los servicios de salud pública y atención médica.

En el caso específico de la salud y en el marco del COVID-19 la jurisprudencia constitucional es clara, en tanto es una obligación de carácter humanitario, dado la urgencia.



¿Qué acciones debe seguir para la implementación del Plan de prevención y mitigación de la COVID-19?

1

Identificar y evaluar los riesgos en el lugar de trabajo.

2

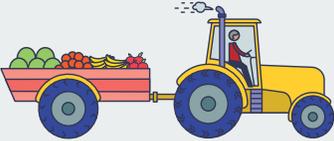
Definir las medidas de prevención y mitigación que se deben implementar.

3

Verificar las condiciones de seguridad y salud en el trabajo por la COVID-19.

1. Identificar y evaluar los riesgos en el lugar de trabajo.

Actividades económicas con participación de personas migrantes y refugiadas en Costa Rica

Actividad	Labores que realizan
 <p data-bbox="326 737 472 764">Agricultura</p>	<ul data-bbox="727 553 1305 748" style="list-style-type: none">• Labores de preparación de tierra y siembra.• Aplicación de agroquímicos.• Mantenimiento de cultivo.• Cosecha.• Empaque.
 <p data-bbox="282 1029 516 1057">Trabajo doméstico</p>	<ul data-bbox="727 834 1398 1073" style="list-style-type: none">• Limpieza de casas.• Lavado y planchado de ropa• Cuidado de personas menores de edad y de adultas mayores.• Preparación de alimentos• Recolección de residuos
 <p data-bbox="315 1305 483 1333">Construcción</p>	<ul data-bbox="727 1110 1203 1312" style="list-style-type: none">• Construcción de campamentos.• Demoliciones, movimiento de tierra.• Excavaciones y drenajes.• Cimentación, labores de obra civil.• Albañilería y acabados.

Actividad	Labores que realizan
 <p data-bbox="386 467 488 496">Turismo</p>	<ul data-bbox="760 212 1458 537" style="list-style-type: none"> • Transporte de turistas. • Guías de turismo y atención al cliente. • Mantenimiento de infraestructura y jardinería. • Labores de cocina y lavandería. • Limpieza de habitaciones, restaurantes y demás infraestructura. • Servicio a huéspedes y cuidado de personas menores de edad, niños y niñas
 <p data-bbox="289 768 586 797">Servicios de transporte</p>	<ul data-bbox="760 576 1474 776" style="list-style-type: none"> • Conductoras de los equipos de transporte. • Responsables de carga y descarga. • Ayudantes de los conductores. • Brindando mantenimiento a los equipos de transporte. • Vigilando la mercancía y productos que se transportan.
 <p data-bbox="298 1092 578 1122">Seguridad y vigilancia</p>	<ul data-bbox="760 836 1490 1073" style="list-style-type: none"> • Registro de ingreso y salida de visitantes. • Realización de rondas de seguridad en las instalaciones. • Vigilancia durante el día y la noche los bienes y servicios. • Labores auxiliares de los sistemas de seguridad electrónica. • Información y reporte a las autoridades policiales.

Exposición a COVID-19 en algunas actividades económicas esenciales

A continuación, le facilitamos una lista de **posibles fuentes de contagio por COVID-19** presentes en actividades económicas esenciales que se mantienen laborando durante la pandemia.

SIMBOLOGÍA	
 <i>Agricultura</i>	 <i>Turismo</i>
 <i>Trabajo Doméstico</i>	 <i>Servicios de transporte</i>
 <i>Construcción</i>	 <i>Seguridad y vigilancia</i>

Posibles fuentes de contagio	Actividades económicas					
						
Durante el trayecto o traslado de las personas trabajadoras al lugar de trabajo (plantación, áreas de empaque, casas, puestos de vigilancia)	✓	✓				✓
Ausencia de condiciones higiénico-sanitarias adecuadas (agua, jabón y toallas de papel para el secado de manos y alcohol en gel).	✓		✓	✓	✓	✓
Falta de control, exposición directa y/o contacto con personas enfermas en el lugar de trabajo.	✓	✓	✓	✓		✓

Posibles fuentes de contagio	Actividades económicas					
						
Incumplimiento del distanciamiento físico de seguridad de 1.80 m.	✓		✓			✓
Falta de limpieza y desinfección de la maquinaria, equipos y herramientas agrícolas, baños, dormitorios, comedores, casas y otras instalaciones de alojamiento de las personas migrantes y refugiadas.	✓					
Ausencia de información sobre el riesgo del COVID-19 y las medidas de mitigación de la enfermedad.	✓					
Labores de limpieza de pisos, muebles, perillas de puertas, inodoros, teléfonos y cualquier otra superficie con la que mantenga contacto.		✓				
Manipulación de desechos como papel higiénico, toallas sanitarias, toallas con secreciones nasales, entre otros.		✓				
No cumplimiento o falta de protocolos: tos/estornudo, lavado de manos, otras formas de saludar, no tocarse la cara, no uso de mascarillas.		✓		✓	✓	
Ausencia o uso incorrecto del equipo de protección personal.		✓	✓		✓	

Posibles fuentes de contagio	Actividades económicas					
						
Fumar o ingerir bebidas alcohólicas u otras drogas en el lugar de trabajo.			✓			
Utilización de bolígrafos compartidos con los clientes sin desinfectarlos previamente.				✓		
Ausencia de sistema de pago electrónico, sin contacto.				✓		
Contacto y manipulación de equipaje y otras pertenencias de los turistas.				✓		
Conglomeración de pasajeros por exceder la capacidad permitida en las unidades de transporte.					✓	
Transportar personas enfermas y mercadería sin desinfectar.					✓	
Falta de limpieza y desinfección de las superficies de los medios de transporte y de las herramientas y equipos de trabajo (termómetros, armas, escáner, lapiceros, mesas, relojes marcadores, otros).					✓	✓
Contacto con personas durante la toma de temperatura de los trabajadores y visitantes de las empresas.						✓
Ausencia de basureros con tapa y pedal para residuos sólidos que dejan en los puestos de vigilancia.						✓

2. Definir las medidas de prevención y mitigación que se deben implementar.

Implemente las siguientes acciones en su lugar de trabajo:



► Control sanitario de acceso

- Utilizar el equipo de protección personal para ingresar al lugar de trabajo.
- Tomarse la temperatura con termómetro sin contacto de luz infrarroja y no ingresar si presenta una temperatura igual o superior a 37.5 grados.
- Completar cuando se lo soliciten la bitácora de registro del ingreso.
- Abstenerse de ingresar al lugar de trabajo, si presentan síntomas de gripe o resfrío.
- Reportar al jefe inmediato o la Comisión de Salud Ocupacional en caso presentar alguno de los síntomas sobre la COVID-19.
- Desinfectar calzado en pediluvio, tapete o alfombra de desinfección.
- Evitar la conglomeración de personas en las casetas de seguridad y en las cercanías de los puntos de ingreso y salida de personas del lugar de trabajo.
- Leer los afiches con protocolos de tos y estornudo, lavado de manos, formas de saludar, no tocarse la cara y otros sobre las medidas de seguridad existentes en el lugar de trabajo.
- Portar un bolígrafo de uso personal para evitar el intercambio de bolígrafos entre los colaboradores, oficiales de seguridad y visitantes.



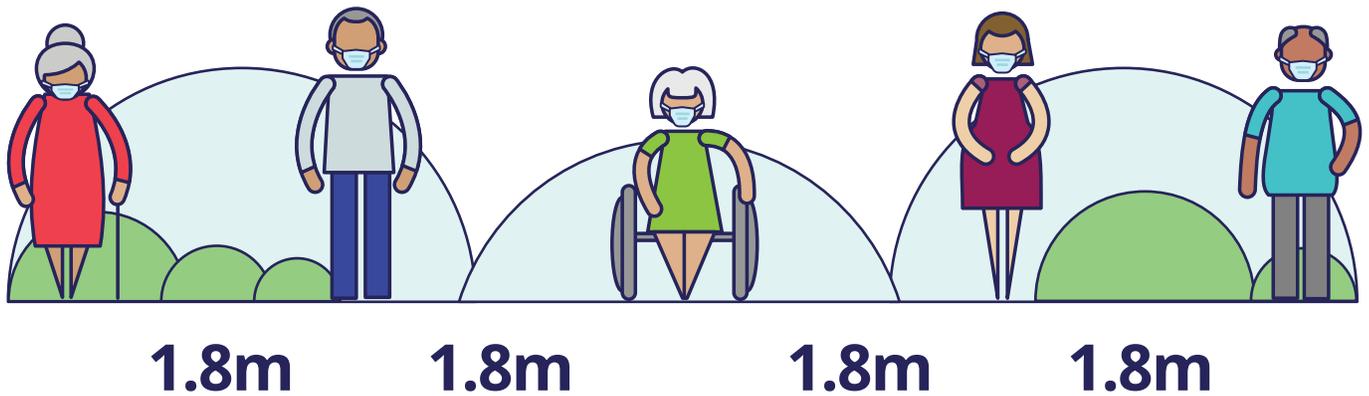
► Lavado de manos:

- Lavarse las manos frecuentemente durante la jornada de trabajo, especialmente en los siguientes momentos:
 - Al ingresar al lugar de trabajo.
 - Al comenzar las actividades laborales.
 - Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
 - Antes de preparar alimentos.
 - Antes y después de comer.
 - Después de usar el baño.
 - Al tocar superficies potencialmente contaminadas.
 - Después de tener contacto con animales.
 - Antes de tocarse la cara.
 - Antes de colocarse y retirarse la mascarilla.
- Siga el protocolo de lavado de manos indicado por el Ministerio de Salud.



► Distanciamiento físico

- Cumplir el distanciamiento físico de seguridad (1.80 metros):
 - Durante el ingreso y salida del lugar de trabajo.
 - En todas las labores y áreas del lugar de trabajo.
 - Respetar la burbuja laboral asignada, para evitar el contagio de persona a persona.



► Limpieza y desinfección en el lugar de trabajos

- Colaborar en la implementación del programa de limpieza y desinfección del lugar de trabajo.
- Mantener la limpieza de su puesto y área de trabajo e incrementar la frecuencia de las superficies con las que tenga mayor contacto, herramientas, maquinaria, equipos de trabajo, objetos personales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente.
- Cuidar los insumos y medios de higiene básicos del lugar de trabajo (papel higiénico, jabón para manos, desinfectante en gel a base de alcohol al 70%, toallas de papel o secador), de manera que puedan ser utilizados en forma periódica por todas las personas.
- Utilizar los productos de limpieza suministrados por el lugar de trabajo o desinfectantes autorizados por el Ministerio de Salud, como el hipoclorito de sodio y amonios cuaternarios.
- Identificar y usar los basureros con tapa y con apertura de pedal ubicados en el lugar de trabajo, para prevenir la contaminación al disponer de los residuos.
- Mantener ventilada el área o puesto de trabajo.
- Recordar el uso del equipo de protección personal (guantes, mascarillas, anteojos y delantal) cuando realice la limpieza y evite el intercambio de estos equipos.



► Equipo de protección personal

Todas las personas expuestas a riesgos en los lugares de trabajo deberán usar el equipo de protección personal, concretamente quienes:

- Ingresen y realicen cualquier tipo de labor en el lugar de trabajo en las diferentes actividades económicas.
- Realizan las labores de limpieza y desinfección en los lugares de trabajo deben usar el equipo indicado en la hoja de datos de seguridad de los productos utilizados.
- Atienden público y no cuentan con una barrera acrílica y /o no pueden guardar la distancia de 1.8 m.
- Realicen visitas de campo/giras, visitas domiciliarias, trabajar con otros grupos de personas, visitar clientes u otras empresas.
- Realizan labores en lugares fuera de su espacio de trabajo dentro de la misma empresa o institución.
- Participan en reuniones presenciales cuya duración sea mayor a 15 minutos.
- Se encuentran en espacios cerrados con más de una persona.
- Tengan contacto con personas enfermas dentro y fuera del lugar de trabajo.



► Instalaciones higiénico-sanitarias

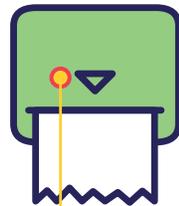
- Disponer de **estaciones (pilas)** para que las personas que ingresen se laven las manos. Deben contar con:

Afiche con el protocolo de lavado de manos del Ministerio de Salud



Dispensadores de desinfectante en gel a base de alcohol al 70% para desinfección de manos

Agua y jabón para manos



Secado de manos (toallas de papel o secador eléctrico de aire caliente)



Basurero con tapa y con apertura de pedal

- Los **servicios sanitarios** deben contar con:

Afiche con el protocolo de lavado de manos del Ministerio de Salud



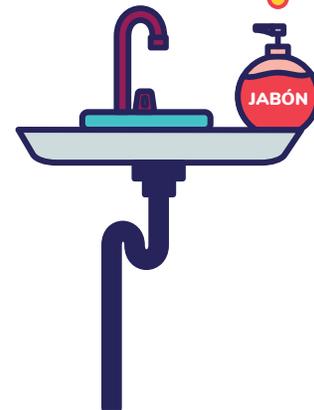
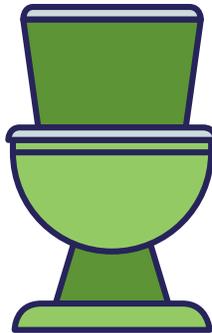
Agua y jabón
para manos

Secado de manos
(toallas de papel o secador
eléctrico de aire caliente)

Papel higiénico



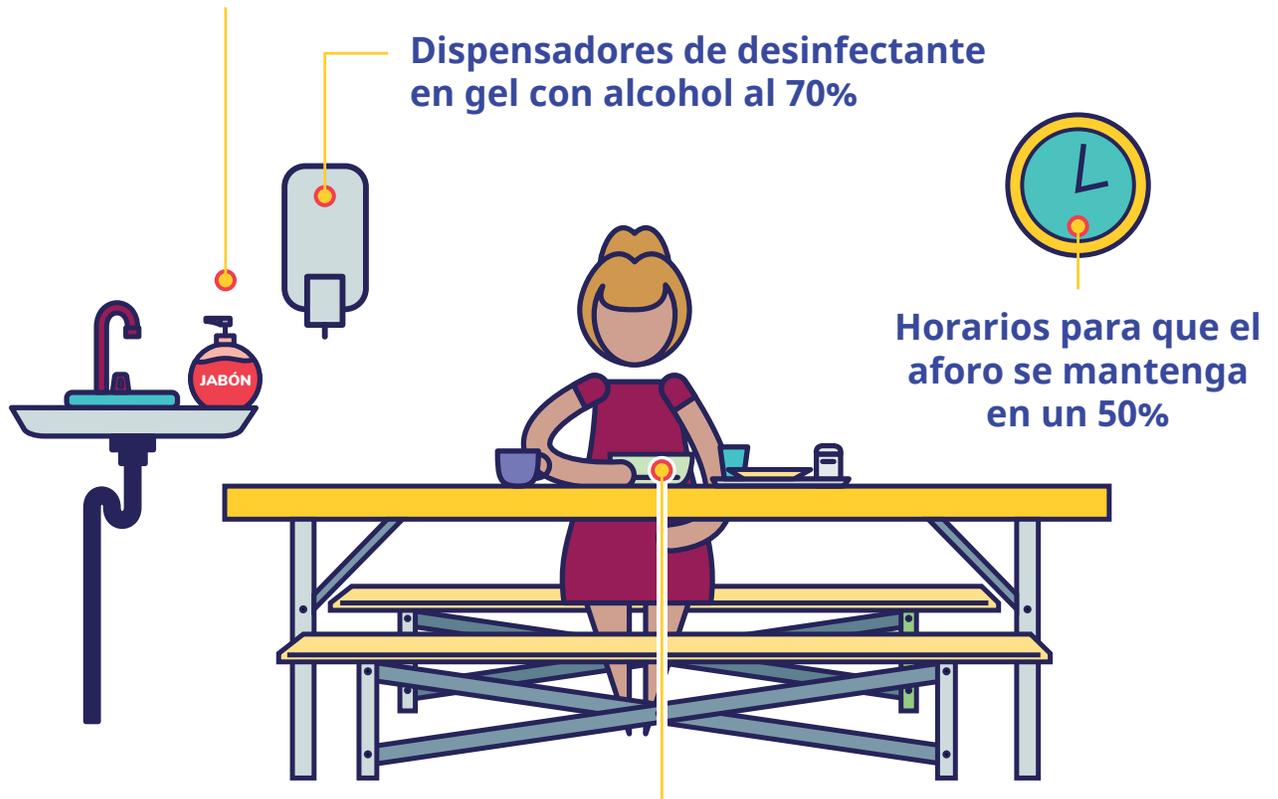
Basurero
con tapa y
con apertura
de pedal



Higiene, ventilación e iluminación

- Los **comedores** deben contar con:

Estaciones de lavado de manos (agua, jabón, secado de manos)



Dispensadores de desinfectante
en gel con alcohol al 70%

Horarios para que el
aforo se mantenga
en un 50%

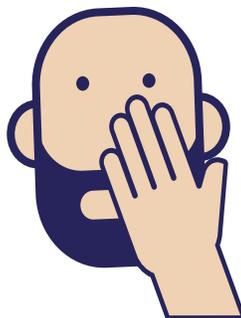
Alimentos nutritivos para las personas trabajadoras.
Esto ayuda a que el sistema inmunológico sea más
fuerte contra las enfermedades.

Higiene,
ventilación e
iluminación

Garantizar que no se intercambien implementos
personales para comer sin lavar (cucharas,
vasos, cubiertos, platos)

► Promoción de la salud

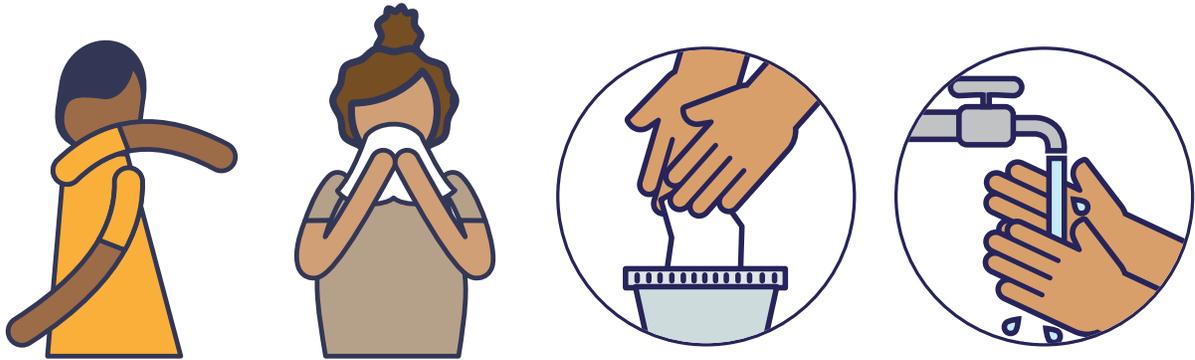
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.



- Extremar las medidas de lavado de manos:



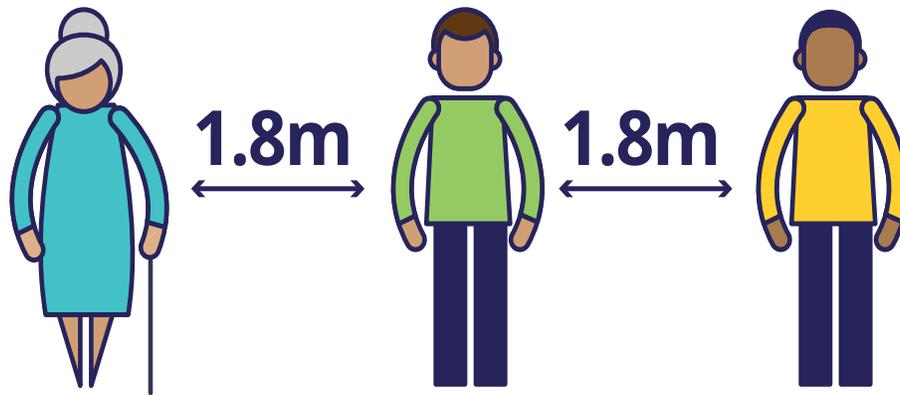
- Utilizar toallas de papel o papel higiénico al estornudar o toser y en caso de no disponer usar el antebrazo.



- Promover formas de saludar evitando el contacto físico.



- Limpiar frecuentemente las superficies que puedan contaminarse con secreciones respiratorias.
- Guardar siempre el distanciamiento físico de seguridad (1.80 metros) para evitar el contagio de persona a persona.



- Reportar de inmediato en caso de presentar síntomas de resfrío o gripe para gestionar la consulta y ser evaluados por los servicios de salud privados o en el EBAIS al cual se encuentra adscrito.
- Reportar y no desarrollar actitudes xenofóbicas o discriminatorias sobre personas que presenten o han presentado síntomas de gripe o resfrío o que hayan sido diagnosticadas con COVID-19.

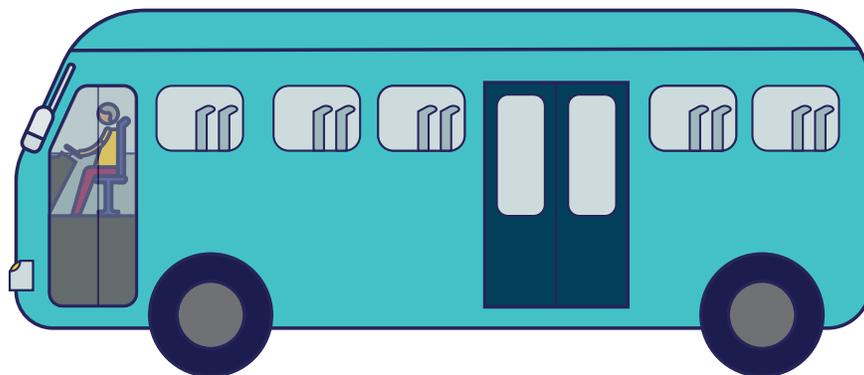
- Cumplir con la Ley 9028 sobre Ambientes Libres de Humo de Tabaco.
- Evitar la visita de personas enfermas o con síntomas de resfriado o gripe.
- Portar siempre algún tipo de gel a base de alcohol al 70%, o alcohol, o algún otro producto antibacterial de acuerdo con la oferta del mercado.
- Consumir alimentos nutritivos, esto ayuda a que el sistema inmunológico luche contra las enfermedades.
- Utilizar el sistema de información 1322 para consultar todas las dudas que tenga sobre la COVID-19.
- Solicitar a la administración e integrantes del Comité de Gestión COVID-19 ayuda psicológica en caso de requerirla, de manera que puedan brindarle ayuda o gestionar apoyo para el manejo de la crisis nerviosa por la COVID-19.
- Recordar que no deben reutilizar las mascarillas desechables y deben depositarlas en un recipiente con tapa y lavarse las manos con agua y jabón luego de desecharlas.



► Transporte de personas

Cuando las personas deban utilizar algún medio de transporte público para ir a su lugar de trabajo, deben:

- Evitar en la medida de lo posible el viajar en las horas pico y asegurarse de subir en autobuses donde no viajan pasajeros de pie.
- Llevar consigo el monto exacto de lo que se debe pagar por la ruta en que se va a viajar y evita el contacto cara a cara con el conductor.
- Utilizar la mascarilla durante todo el trayecto ya sea dentro o fuera del lugar de trabajo.
- Mantener el distanciamiento con los demás pasajeros en la medida de lo posible.
- Abrir la ventanilla o facilitar la ventilación del medio de transporte.
- Desinfectar frecuentemente sus manos con gel a base de alcohol al 70%.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Aplicar los protocolos de tos y estornudo.



► Información y capacitación

- Participe y colabore en el desarrollo de las acciones informativas y educativas que se realizan en su lugar de trabajo.
- Manténgase informado e informada de manera actualizada y oportuna sobre las medidas de prevención y mitigación.
- Lea los protocolos e información COVID-19 que debe estar ubicada en lugares visibles de los lugares de trabajo.



► Servicios de salud y manejo de casos COVID-19:

- **Protocolo casos COVID-19:**

- **Toda persona** que se sospeche o esté enferma por el virus, tiene derecho a ser atendida en los servicios de salud.
- Informar de inmediato para brindarle apoyo e instrucciones.
- Suministrar a la persona un cubre bocas y mantener en un área privada del lugar de trabajo mientras recibe atención médica.
- Acudir a los servicios de salud y proporcionar detalles de sus síntomas, contactos con personas enfermas y viajes recientes.
- Gestionar ayuda o hacer consultas sobre el manejo del caso sospechoso COVID-19 a la línea del sistema de emergencias.



- Proceder, una vez diagnosticada la persona como positivo, a elaborar una lista de las personas con las que mantuvo contacto directo en el lugar de trabajo para dar seguimiento con el Ministerio o Secretaría de Salud y proceder a reportar el caso al Instituto Nacional de Seguros.
- Suspender las labores en el área de trabajo específica donde se encontraba la persona diagnosticada como caso positivo y proceder a desinfectar el área.
- Implementar las instrucciones y acciones emitidas por las autoridades de Salud.
- Gestionar en caso de ser necesario ayuda psicológica para las personas afectadas.
- **Protocolo atención de personas enfermas:**
 - Permanecer en una habitación adaptada y ventilada hasta la finalización del aislamiento.
 - Ubicar en una habitación distinta a las demás personas y en caso de no ser posible, mantener una distancia mínima de un metro con el enfermo y no compartir las camas.
 - Disponer de un baño para uso exclusivo de la persona enferma con utensilios de aseo y productos para la higiene de manos también de uso exclusivo para la persona enferma.
 - Disponer de un teléfono para comunicarse sin salir de la habitación.

- Colocar un basurero con tapa de apertura de pedal y con una bolsa de plástico para los residuos.
- Reemplazar periódicamente las toallas de tela siempre que se encuentren húmedos y se recomienda el uso de toallas de papel para el secado de manos.
- Cumplir en todo momento el protocolo de tos y estornudo.
- Indicar a la persona que brinda asistencia al paciente el uso del equipo de protección personal y el cumplimiento de los protocolos.
- Prohibir las visitas durante el periodo de aislamiento.
- Tener presente que el retorno de la persona trabajadora al lugar de trabajo se debe realizar sólo mediante alta médica otorgada por el médico de la CCSS.



3. Verificar las condiciones de seguridad y salud en el trabajo por la COVID-19.

Considere el cumplimiento de las siguientes condiciones en su lugar de trabajo frente a la emergencia sanitaria por COVID-19:



¿Tiene en el lugar donde labora los mismos derechos que los trabajadores nacionales para la protección de su salud en el marco de la COVID-19?



¿La persona empleadora, intermediaria o contratista con la que labora le quita o retiene la documentación migratoria?



¿Se informa a las personas trabajadoras refugiadas, solicitantes de refugio y migrantes la normativa y lineamientos sanitarios de la OMS y el Ministerio de Salud de Costa Rica, relativo a la enfermedad COVID-19?



¿El lugar de trabajo donde labora cuenta con un Plan de Preparativos y Respuesta ante Emergencias que incluya acciones sobre COVID-19?



¿Se tiene identificados en el lugar de trabajo los riesgos de la COVID 19 y las fuentes de contagio?



¿Las personas trabajadoras refugiadas, solicitantes de refugio y migrantes tienen acceso a servicios de salud?



¿Se cuenta en el lugar de trabajo con un mecanismo de comunicación interna, divulgación e información sobre COVID-19?



¿El lugar de trabajo tiene implementadas medidas de distanciamiento físico de seguridad para realizar las labores?



¿El lugar de trabajo cuenta con controles sanitarios de acceso para las personas trabajadoras?



¿Se dispone de estaciones para el lavado de manos en buenas condiciones?



¿Los servicios sanitarios existentes en el lugar de trabajo presentan buenas condiciones?



¿Las personas trabajadoras disponen de desinfectante en gel a base de alcohol al 70%. para desinfección de manos (dispensadores y/o frascos)?



¿El lugar de trabajo dispone de comedores y/o dormitorios en buenas condiciones?



¿El lugar de trabajo cuenta con un protocolo para el manejo de casos COVID-19?



¿Se tiene implementado un programa de limpieza y desinfección de instalaciones, equipos, maquinaria, herramientas y otros medios de trabajo?



¿Se tienen implementadas medidas de prevención para el transporte de las personas trabajadoras



¿Se suministra a las personas trabajadoras el equipo de protección personal?



Otras condiciones y comentarios sobre las medidas de prevención y mitigación por COVID-19.

Consulte el documento completo de la Guía sobre Salud y Seguridad en el Trabajo para la prevención y mitigación de la COVID-19 de las personas refugiadas, solicitantes de refugio y migrantes en Costa Rica en el siguiente enlace:

Guía

