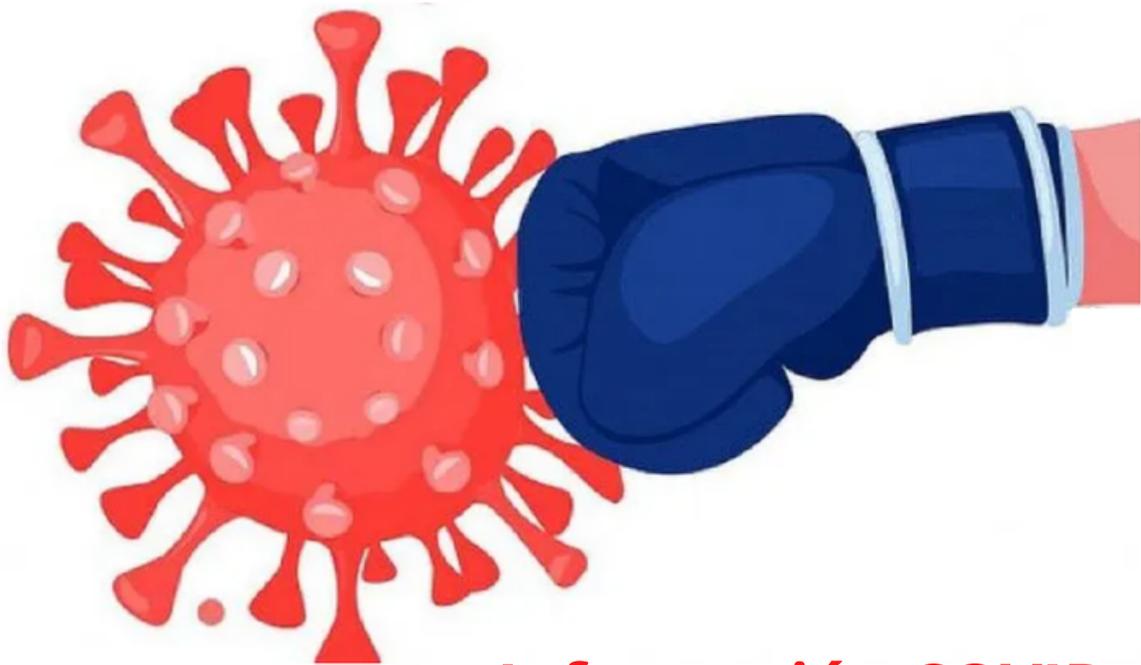


NEWSLETTER

COVID-19

Información periódica para los trabajadores y trabajadoras



Información COVID-19

Seguridad y Salud Frente al COVID-19

INFORMACIÓN INSTITUCIONAL PREVENTIVA:

Prevención de Riesgos
Laborales y Salud
Laboral

El Ministerio de Sanidad ha registrado este martes, con datos aportados por las comunidades autónomas, 56.633 nuevos casos de coronavirus desde el viernes, lo que eleva a 11.508.309 la cifra total de contagios de Covid-19 desde el inicio de la pandemia en España.

Respecto a la incidencia media actual de contagios en España en los últimos 14 días, el informe muestra un ligero aumento, situándose ahora en los 466,51 casos por cada 100.000 habitantes, en comparación con los 461,86 notificados el pasado viernes.

Desde el SPP incluimos información y algunos consejos y recomendaciones que os pueden ayudar en estos momentos.

¡Seguimos cuidándonos!

+ Cruz Roja

Servicio de
Prevención de
Riesgos Laborales

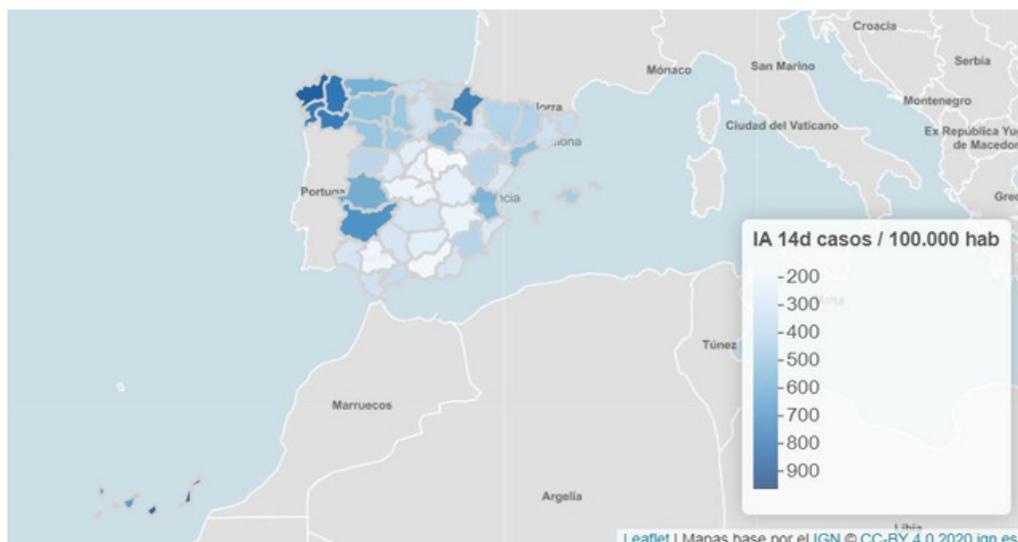
Situación actual

Datos consolidados a 25 de marzo

La actualización de casos de COVID por parte del Ministerio se ha realiza 2 veces a la semana. Los datos están actualizados a 25-03-2022



Mapa de incidencias acumuladas por provincia



Mapa de incidencias acumuladas por provincias y por semana epidemiológica (de lunes a domingo) a partir de datos notificados a la RENAVE. Estos resultados son provisionales y deben interpretarse con precaución porque ofrece la información disponible en el momento de la extracción de datos. (25 de marzo)

España estrena estrategia de convivencia con la covid: así quedan cuarentenas, test y datos

Desde el pasado lunes ha entrado en vigor la nueva estrategia de vigilancia y control frente al coronavirus en toda España. Así es la nueva fase del covid-19.



Desde el pasado lunes 28 de marzo y tras dos años de fase aguda de la pandemia - se inicia en España una nueva fase «crónica» de convivencia con el virus. La nueva Estrategia de vigilancia y control frente a la covid, aprobada en la última Comisión de Salud Pública, establece las pautas de actuación. Las nuevas reglas implican “aceptar un cierto nivel de transmisión” entre la población vacunada, joven y sana para pasar a centrarse solo en las personas más frágiles. Una nueva etapa en la que se acabaron el aislamiento de las personas con síntomas leves o sin ellos, las pruebas generalizadas y los rastreos

¿Qué hago si tengo síntomas de covid?

Las personas sanas menores de 60 años tienen que actuar de modo similar a como lo hacen con una gripe. Si tienen síntomas leves, pueden hacer vida normal, aunque se recomienda que reduzcan la interacción social y que usen mascarilla en todo momento. Para los mayores de 60, quienes padezcan alguna inmunodeficiencia o cualquier patología que les haga especialmente vulnerables, las mujeres embarazadas y los residentes en centros sociosanitarios, la recomendación es consultar al médico para recibir un diagnóstico, incluso con síntomas leves.

¿Y si los síntomas son graves?

La nueva estrategia no define qué se considera síntomas graves, solo establece que **«en caso de presentar criterios de gravedad o mala evolución (disnea, fiebre superior a 38°C mantenida más de tres días (...))»** el paciente deberá contactar con su sistema sanitario según se establezca en cada comunidad autónoma.

¿Debe realizarse prueba diagnóstica a toda persona con sospecha de covid?

Ante **sospechas de casos asintomáticos o leves no debe realizarse prueba**. La nueva Estrategia sólo indica la **prescripción de una prueba en personas con clínica compatible** y que cumplan alguno de los criterios extra como: ser personas especialmente **vulnerables**, pertenecer a colectivos relacionados con personas vulnerables, presentar un cuadro de **infección respiratoria** que requiera **ingreso hospitalario**, haber estado en **zonas donde circule una variante de interés o preocupación** que no haya mostrado circulación todavía en España o tratarse de **inmigrantes recién llegados a España**.

¿Puedo ir a trabajar con síntomas o tengo que pedir la baja?

Si los síntomas son leves no habrá positivo, porque no será necesaria prueba. Sanidad recomienda que en caso de síntomas se teletrabaje. Pero si no se puede y el médico no ha dado una baja, se tendrá que ir a trabajar.

¿Cómo se debe actuar ante los contactos estrechos?

Sólo se prevé la identificación de contactos estrechos en ámbitos considerados vulnerables. En esos ámbitos, a los contactos estrechos de un caso confirmado se les indicará la realización de PDIA a los 3-5 días del seguimiento. Los contactos estrechos no realizarán cuarentena. Sin embargo, durante los 10 días posteriores a la última exposición deben extremar las precauciones y reducir todo lo posible las interacciones sociales.

¿Se mantendrá la vigilancia de nuevas variantes?

Se seguirá secuenciando un porcentaje de los casos positivos para detectarlas. Si aparece alguna que suponga un mayor riesgo, las autoridades sanitarias decidirán si vuelven los aislamientos y las cuarentenas

El Congreso aprueba una moción que insta al Gobierno a eliminar la mascarilla en interiores

Presentada por Ciudadanos, ha salido adelante en los términos resultantes de incorporar la enmienda presentada por el Grupo Parlamentario Socialista



El Congreso ha aprobado la moción de interpelación urgente sobre la eliminación de la obligatoriedad del uso de mascarillas en interiores, presentada a instancias del Grupo Parlamentario Ciudadanos, que ha salido adelante en los términos resultantes de incorporar la enmienda presentada por el Grupo Parlamentario Socialista que lo pide, eso sí, cuando así lo aconsejen las autoridades sanitarias y la comunidad científica. La moción ha sido aprobada por 187 votos a favor, del PSOE, VOX y Ciudadanos, 63 abstenciones (donde se encontraba Podemos y socios del Gobierno como ERC) y 94 votos en contra, del Partido Popular PNV.

Ciudadanos ha hecho la retirada de las mascarillas en interiores su 'caballo de batalla' y lleva semanas preguntando e interpellando al ejecutivo sobre esta cuestión. El Gobierno no ha querido dar nunca una fecha para su retirada y se limitaba a asegurar que esa medida "llegaría muy pronto". Así lo confirmó este mismo miércoles en el Pleno del Congreso el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, en respuesta a una pregunta de control formulada por el portavoz adjunto de Ciudadanos, Guillermo Díaz.

En concreto, la moción consta de dos puntos. El primero insta al Ejecutivo a eliminar la obligatoriedad del uso de mascarillas en interiores, "en línea con la evidencia científica, con la situación epidemiológica y con la perspectiva comparada". Y el segundo, que es la aportación del PSOE, le emplaza a dar los pasos adecuados para abordar la "reconsideración" de las medidas de contención de la pandemia del Covid en el marco del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud.

La moción explica en su exposición de motivos que la decisión de implementar el uso obligatorio de mascarillas en exteriores tomada en diciembre de 2021 "carecía de evidencia científica que la respaldase", y que tampoco tienen dicha evidencia las medidas vigentes, a lo que se suma el hecho de que países de nuestro entorno han ido retirando poco a poco restricciones derivadas de la pandemia, incluyendo el uso obligatorio de mascarillas en interiores.

Por ello, el texto insta a eliminar dicho uso obligatorio de las mascarillas en espacios de interior, "en línea con la evidencia científica, la situación epidemiológica y la perspectiva comparada", y a establecer, de manera acordada con el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud, un calendario de desescalada de todas las medidas de contención de la pandemia aún vigentes, "con el objetivo de ofrecer certidumbre a familias y empresas".

Mascarillas en España: quién se la puede quitar en interiores y dónde es obligatoria al aire libre

España es uno de los pocos países europeos que todavía mantiene el uso obligatorio de la mascarilla en interiores dos años después del estallido de la pandemia del coronavirus.

En las últimas semanas ha aumentado la presión de grupos políticos como Vox o Ciudadanos y de regiones como la Comunidad de Madrid para que el Gobierno suprima el uso de las mascarillas en espacios cerrados.

El Ministerio de Sanidad apela a la «prudencia» y al criterio de los epidemiólogos antes de tomar una medida que llegará de forma «gradual». En ese sentido, países como Francia han mantenido la mascarilla obligatoria en el transporte público.

En España, con el grueso de las restricciones por el coronavirus ya derogadas y con la nueva estrategia de cuarentenas que «gripaliza» el Covid-19 ya implantada, solo queda vigente la orden que regula el uso de las mascarillas.

¿Es una norma que afecta a toda España o la pueden cambiar las autonomías?

El uso obligatorio de la mascarilla en interiores está regulado por un Real Decreto del Gobierno que afecta a toda España. Las comunidades autónomas, en consecuencia, no pueden suprimir por su cuenta la medida.

¿Hasta cuándo es obligatoria la mascarilla en espacios cerrados?

El Real Decreto del Ministerio de Sanidad entró en vigor el pasado 10 de febrero y su vigencia se mantendrá hasta que se publique otra orden que modifique su contenido. Por lo tanto, el empleo obligatorio de las mascarillas en interiores no tiene, a día de hoy, fecha de caducidad en España.

¿A quién y en qué casos afecta la normativa sobre las mascarillas?

Las personas de seis años en adelante quedan obligadas al uso de mascarillas en cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público. El cubrebocas es obligatorio en los medios de transporte aéreo, en autobús, o por ferrocarril, incluyendo los andenes y estaciones de viajeros, o en teleférico, así como en los transportes públicos y privados complementarios de viajeros en vehículos de hasta nueve plazas, incluido el conductor, si los ocupantes de los vehículos de turismo no conviven en el mismo domicilio. En espacios cerrados de buques y embarcaciones cuando no se pueda mantener la distancia de seguridad de 1,5 metros, salvo grupos de convivientes.

¿En qué casos no es obligatorio llevar la mascarilla en interiores?

El Real Decreto establece unas excepciones en las que no es obligatorio llevar la mascarilla en interiores. En concreto, están exentas las personas que por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla, o bien presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.

Tampoco es obligatoria en el caso de que, por la propia naturaleza de las actividades, el uso de la mascarilla resulte incompatible, con arreglo a las indicaciones de las autoridades sanitarias. La tercera excepción se refiere a aquellos lugares o espacios cerrados de uso público que formen parte del lugar de residencia de los colectivos que allí se reúnan, como son las instituciones para la atención de personas mayores o con discapacidad, las dependencias destinadas a residencia colectiva de trabajadores esenciales u otros colectivos que reúnan características similares, siempre y cuando dichos colectivos y los trabajadores que allí ejerzan sus funciones tengan coberturas de vacunación contra el SARS-CoV-2 superiores al 80 % con pauta completa y de la dosis de recuerdo, acreditado por la autoridad sanitaria competente.

Esta última excepción no será de aplicación a los visitantes externos, ni a los trabajadores de los centros residenciales de personas mayores o con discapacidad, ya que en este caso sí es obligatorio el uso de mascarilla.

¿Dónde es obligatoria la mascarilla en exteriores?

El empleo del cubrebocas en exteriores resulta obligatorio en los eventos multitudinarios que tienen lugar en espacios al aire libre, cuando los asistentes estén de pie. Si están sentados, será obligatorio cuando no se pueda mantener una distancia de seguridad de al menos 1,5 metros entre personas, salvo grupos de convivientes.

Además, es la mascarilla se ha de llevar en los andenes y estaciones de viajeros, aunque estén al descubierto, o en los teleféricos.

Covid sin cuarentenas en España: ¿qué hago si tengo síntomas?

España dejó este lunes 28 de marzo de contar todos los positivos de coronavirus para centrarse solo en los casos graves y en los entornos vulnerables, una nueva etapa en la que se acabaron el aislamiento de las personas con síntomas leves o sin ellos, las pruebas generalizadas y los rastreos.



La nueva 'Estrategia de vigilancia y control frente a la covid tras la fase aguda de la pandemia' que aprobó el pasado martes la Comisión de Salud Pública supone un paso más hacia la normalización de la covid que implica "aceptar un cierto nivel de transmisión" entre la población vacunada, joven y sana para pasar a centrarse solo en las personas más frágiles.

¿Qué hago si tengo síntomas?

Esta nueva fase controlará la Covid solo en los ámbitos vulnerables, como centros sanitarios asistenciales, sociosanitarios y de día que prestan asistencia sociosanitaria, prisiones y otros lugares con personas institucionalizadas.

También se pone vigilancia en grupos vulnerables como mayores de 60, inmunodeprimidos y embarazadas.

Así las cosas, cualquier persona que trabaje en esos ámbitos o **pertenezca a esos colectivos vulnerables** mencionados **sí debe notificar la aparición de síntomas a su centro de salud**, para hacer la prueba pertinente que verifique si es o no es Covid. Este tipo de empleados de entornos vulnerables o los que asistan a estos colectivos **no acudirán a su trabajo en los primeros 5 días** desde el inicio de síntomas o de la fecha de diagnóstico si no los tiene; al quinto día, y si han desaparecido, se hará una prueba de antígenos que, de ser positiva, se la repetirá cada 24 horas hasta dar negativo.

El resto de personas ya **no deben reportar esos síntomas leves y hacer vida normal**. En estos casos, se pide sentido común. **La mascarilla sigue siendo obligatoria en interiores** así que se debe llevar en todo momento en el transporte público en los centros de trabajo. También la idea es que si **un trabajador con síntomas leves puede teletrabajar**, se recomienda que la empresa lo permita para evitar posibles brotes en los trabajos. Al no tener que aislarse, se recomienda "extremar las precauciones y **reducir todo lo posible las interacciones sociales** utilizando de forma constante la **mascarilla y manteniendo una adecuada higiene de manos durante los 10 días posteriores al inicio de síntomas**", dice Sanidad, además de **evitar el contacto con personas vulnerables y asistir a eventos multitudinarios**.

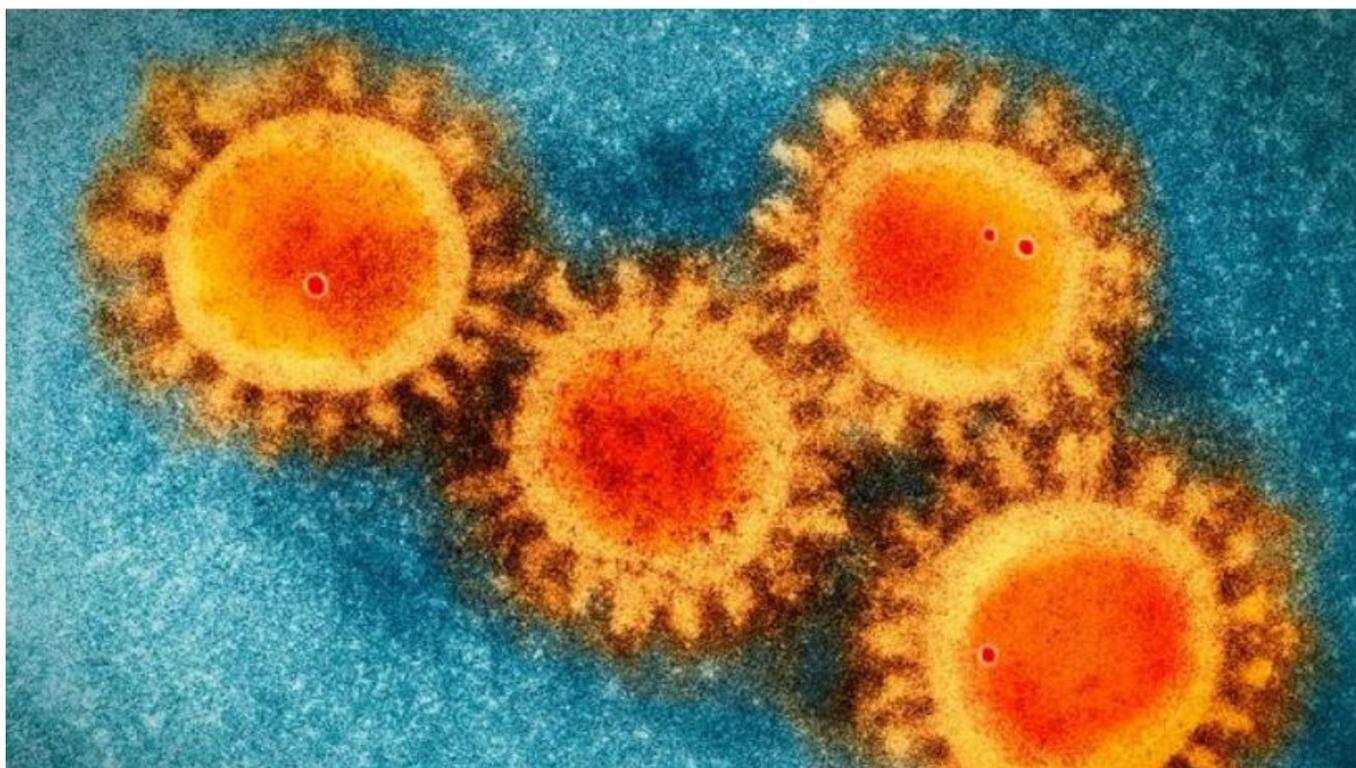
Sólo si la sintomatología va a más y hay, por ejemplo, problemas de respiración, **hay que notificarlo al centro de salud** para que el médico de cabecera realice el diagnóstico pertinente y el tratamiento o proceso a seguir. Asimismo, los hospitalizados deberán estar aislados durante el ingreso hasta obtener una prueba negativa o una PCR positiva compatible con cargas virales bajas, aunque los profesionales podrán adaptar estas recomendaciones tras la valoración de cada situación.

Solo se identificarán a los contactos estrechos de estos **grupos y ámbitos vulnerables**, a los que se les indicará la realización de una **prueba a los 3-5 días del seguimiento**; como ya se estableció a principios de marzo, **no realizarán cuarentena**, aunque deberán extremar las precauciones durante 10 días y minimizar las interacciones.

Todo ello implica además que, como sucede con la gripe, **las bajas laborales** no se van a dar siguiendo un criterio epidemiológico como en estos dos años, sino **bajo criterio clínico**.

La incidencia del coronavirus sube 25 puntos desde el martes hasta los 461 casos por 100.000 habitantes

El último recuento de nuevos casos de coronavirus eleva a 11.508.309 la cifra total de contagios de Covid-19 desde el inicio de la pandemia.



El Ministerio de Sanidad ha sumado este viernes 72.982 nuevos casos de coronavirus y 339 muertes desde el pasado martes. En total, **11.508.309 personas se han contagiado desde el comienzo de la pandemia** y 102.392 han fallecido en España. Respecto a la incidencia media actual de contagios en España en los últimos 14 días, el informe **muestra un ligero aumento, situándose ahora en los 466,51 casos por cada 100.000 habitantes**, en comparación con los 461,86 notificados el viernes. **La incidencia sube así casi cinco puntos.**

El pasado martes se había registrado un descenso de más de nueve puntos. El país se encuentra en riesgo alto por coronavirus (entre 300 y 500), de acuerdo con la escala aprobada por las autoridades sanitarias.

En cuanto a la vacunación, un total de 24.424.856 personas, el **51,5% de la población recogida en el INE, ya tiene la dosis de refuerzo**, según el informe de vacunación hecho público este viernes por el Ministerio de Sanidad, que también destaca que **más de la mitad de la población infantil, el 53%, ha recibido al menos una dosis**. Según este informe, que ya se publica solo una vez a la semana dentro de la nueva estrategia de seguimiento de la covid, el 79,1% de los mayores de 40 años tiene la dosis de recuerdo, porcentaje que sube a más del 92% si se atiende a los mayores de 60 años. Hasta la fecha se han administrado el 95,8% de las dosis entregadas (93.807.121) y el 92,4% de la población mayor de 12 años (38.969.612 personas) tienen la pauta completa. En cuanto a la población pediátrica (3.815.164 niños a vacunar de 5 a 12 años), el 53% (2.021.229) tiene al menos una dosis y el 35,6% (1.358.500) la pauta completa.

11.900 dosis del antiviral paxlovid están disponibles en España desde el pasado lunes

El antiviral oral contra la covid-19 de la farmacéutica estadounidense Pfizer está indicado en pacientes con síntomas leves pero con un alto riesgo de que su enfermedad progrese a grave.



España recibió el pasado lunes los primeros 11.900 tratamientos de Paxlovid, el antiviral de Pfizer destinado a pacientes con síntomas leves pero que pueden desarrollar covid grave, del total de 344.000 que ha adquirido a la compañía farmacéutica para este año.

El medicamento, que irá llegando en las próximas semanas hasta alcanzar los 50.000 este trimestre. **Este tratamiento, será oral y consta de tres pastillas se dispensará bajo prescripción médica y estrictos criterios que han sido ya acordados por los expertos, como son pacientes inmunodeprimidos o con fibrosis quística.**

Segundo tratamiento disponible contra la covid en España

El antiviral de Pfizer contra la covid, cuya compra anunció el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, a principios de enero, tiene el aval de la Agencia Europea del Medicamento (EMA) para prevenir los casos más graves, especialmente de pacientes adultos que no necesitan oxígeno suplementario pero sí tienen un riesgo mayor de que su enfermedad progrese a grave.

En España cuenta con la autorización condicional para su administración, aunque será cada comunidad la que establezca la manera en la que se dispensará, según trasladan a Efe fuentes de Sanidad.

Los ensayos de la empresa demostraron que su antiviral **reducía hasta un 89 % el riesgo de hospitalización** de los enfermos con covid-19 y también el de muerte cuando se administra en los días inmediatamente posteriores al diagnóstico de la enfermedad y de la aparición de los primeros síntomas.

Se trata así del segundo tratamiento disponible contra la covid en España: en febrero llegaron las primeras dosis de Evusheld de AstraZeneca, que actúa de profilaxis expés en las personas inmunodeprimidas que, pese a estar vacunadas de la covid, no generan anticuerpos para alcanzar una adecuada defensa frente al coronavirus.

´Vamos a vivir mejor III´

Desde el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, esta semana presentamos dentro de la campaña "Vamos a Vivir Mejor" 2022, la renovación del convenio de colaboración con la Fundación Mapfre.

En esta ocasión te informamos del tercer acuerdo con el que englobamos nuestra Campaña "Vamos a Vivir Mejor". Se trata de la renovación del convenio de colaboración con Fundación Mapfre, que ha sido reforzado con la programación de **tres conferencias online abiertas** para toda la plantilla de Cruz Roja, dedicadas al **bienestar emocional desde el control de la ansiedad, del estrés y las emociones**:

CONFERENCIAS ONLINE ABIERTAS

[HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN DEL ESTRÉS \(día 22/04/2022, a las 11:00 hrs.\)](#)

[HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES \(día 20/05/2022, a las 11:00 hrs.\)](#)

[HERRAMIENTAS A TU ALCANCE PARA REDUCIR LA ANSIEDAD \(día 24/06/2022, a las 11:00 hrs.\)](#)

[Haz click en titulo para acceder a las conferencias](#)

APLICACIÓN PARA DISPOSITIVOS MÓVILES WELLAT

A partir del **viernes 1 de abril**, estará disponible el acceso para el personal de Cruz Roja a **la plataforma web de Fundación Mapfre, a través de la aplicación para dispositivos móviles Wellat**, que sinceramente te animamos a descubrir a través de la descarga en Android e IOS, ya que de forma gratuita da acceso a una **potentísima plataforma en bienestar emocional, promoción y seguimiento de actividad física, nutrición y consejos sobre hábitos saludables** cargados por la propia Fundación Mapfre.

A partir del 1 de abril, habilitaremos un espacio específico para esta **plataforma en nuestro [SharePoint del SPP](#)** con enlace a: elgevivirmejor.org/cruz-roja, que es el entorno web habilitado de forma personalizada para Cruz Roja.

Te podrás dar de **alta utilizando tu correo corporativo**, y tras ubicarte como personal de Cruz Roja en tu ámbito territorial, podrás **cumplimentar un cuestionario personal** que permitirá adecuar de forma personalizada la propuesta de dieta y ejercicio físico que mejor se adapte a ti. Por supuesto, esos datos quedarán registrados únicamente para ese fin, conforme a la reglamentación en Protección de Datos Personales.

Ante cualquier cuestión al respecto de la App Wellat, puedes dirigirte a la siguiente dirección: info@getwellat.com

Con la renovación del acuerdo con la Fundación Mapfre damos por presentada nuestra campaña ´Vamos a vivir mejor´, te invitamos a que puedas valorar cada de las iniciativas que te hemos ido presentando en la últimas semanas y que confiamos en que puedan ayudarte a la mejora de tu **bienestar emocional, físico y cardiovascular**.



**Haz click en la imagen
Guía de Bienvenida**