

BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE Y SEGURIDAD BÁSICA PARA TRANSPORTISTAS Y EMPRESAS TRANSPORTES DE CARGA POR CAMIONES

I. OBJETIVOS

El presente documento espera contribuir tanto a reducir la tasa de contagio del COVID-19, como a resguardar la salud y seguridad laboral de todas aquellas personas que se desempeñan en las empresas del sector de transporte de carga por camión.

II. MEDIDAS DE PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

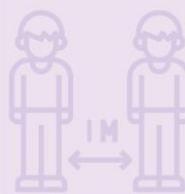
- Cada vez que te bajas del camión
- Al interactuar con personal en ruta
- Al pagar peaje
- En estaciones de servicio

Uso Obligatorio de Mascarilla



Mantener un metro lineal de distancia entre cada persona

- En lugares de carga y descarga
- En lugares donde se realicen filas o en zonas de espera



Distanciamiento Físico

Higiene, Limpieza y desinfección



Lavar o desinfectar sus manos con frecuencia

- Después de manipular dinero
- Antes y después de su alimentación
- Antes y después de manipular documentación

Desinfecte su celular con frecuencia



Información

Portar la documentación indicada en el Instructivo para permisos de desplazamientos

- Revisar las zonas con restricciones en:
<https://www.gob.cl/coronavirus/plandeaccion/>

III. RECOMENDACIONES DE AUTOCUIDADO



IV. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS

I. DESINFECCIÓN DE CABINA

- Limpia regularmente con bayeta desechable (pañó de material sintético y absorbente) el volante, pomo de la palanca de cambios, tablero, apoyabrazos y asiento, ventanillas, tiradores de puertas, pasamanos y barandillas y todas aquellas zonas susceptibles a contacto.
- Al finalizar la jornada, realiza una limpieza más profunda dentro y fuera de la cabina, con una toalla con alcohol o algún desinfectante de amplio espectro, sobre todo en las zonas susceptibles a contacto.

Para la desinfección de tableros y superficies, se recomienda primero lavar y, a continuación, usar el agente desinfectante, para finalmente secar muy bien todas las superficies, evitando que puedan quedar zonas húmedas.

Los desinfectantes de uso ambiental más usados son las soluciones de hipoclorito de sodio, amonios cuaternarios, peróxido de hidrógeno (“agua oxigenada”) y los fenoles, existiendo otros productos en que hay menor experiencia de su uso. Para los efectos de este protocolo, se recomienda el uso de hipoclorito de sodio (“cloro”) al 0.1% [8] (dilución 1:50 si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de Cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%. Para las superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio, se puede utilizar una concentración de etanol del 70%¹

II. EN EL PUNTO DE CARGA O DESTINO

- Distánciate 1 metro y más de tu colega, tanto en la fila como en operaciones.
- Permite que te tomen la temperatura en tu lugar de trabajo.
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca.
- Lávate las manos, mínimo 20 segundos con agua y jabón.
- Estornuda o tose en tu antebrazo o en un pañuelo desechable, nunca en tusa manos, bota los pañuelos en lugares autorizados.
- Evita completamente saludar con la mano, abrazos y/o besos.
- Aplica alcohol gel frecuentemente para mitigar el contagio.
- Si estibas o manipulas carga procura usar guantes. Luego bótalos en lugares autorizados.
- Usa guantes para el manejo de semirremolques y cisternas. Aunque estés con guantes debes recordar no llevar las manos a la cara.
- Usa guantes y bolígrafo propio, siempre que tengas que manejar documentación. Aunque estés con guantes debes recordar no llevar las manos a la cara.
- Al recibir y entregar documentación, mantén la distancia y después aplica alcohol gel en las manos.

III. EN LA RUTA

- Porta tu pasaporte sanitario (además de la guía de despacho) si tienes que cruzar aduanas sanitarias
- Lava tus manos o sanitízalas con alcohol gel antes de ingerir cualquier alimento.
- Mantén la distancia de un metro o más con colegas, personal de servicio o kioskos.
- Mantén el dinero en un solo lugar, para evitar contaminación.

¹ Protocolo de Limpieza y Desinfección de Ambientes -COVID-19, Minsal 2020

- Luego de pagar comida o peajes, vuelve a lavar o sanitizar las manos.
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca.
- Cuando te detengas lávate las manos, mínimo 20 segundos con agua y jabón.
- Procura sanitizar tu celular con frecuencia, es un objeto que puede causar contagio.
- No compartas utensilios como, bombilla, vaso o cubiertos con otras personas.
- Estornuda o tose en tu antebrazo o en un pañuelo desechable, nunca en tus manos, bota los pañuelos en lugares autorizados.
- Aplica alcohol gel frecuentemente para evitar el contagio.

IV. LLEGANDO A CASA

- Quítate los zapatos antes de entrar a la casa o pieza.
- Desinfecta tus zapatos. Por debajo puedes usar cloro doméstico a una concentración inicial de 5% -por cada litro de agua se debe agregar 20cc de Cloro (4 cucharaditas)-
- Haz lo mismo con la ropa, celular, llaves, herramientas de trabajo, computadoras, etc.
- Tirar cualquier recibo de compra o papel que se pueda desechar en lugares autorizados (basureros) previo a tu llegada a casa
- Ingresa descalzo directo a un sitio donde te desvistas y deja la ropa en una bolsa o área de lavado
- No tocar NADA, no sentarse en sillas ni camas
- Pasa al baño a ducharte, cepillarse los dientes, etc.

¡¡Ahora sí!! puedes disfrutar con tu familia y recuerda siempre tomar todas las medidas de prevención

