

Elaborat de: **S.R.L. „TEHNO-SEC-RESURS”**

Aprobate prin ordinul nr. \_\_\_\_\_  
din „ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2020

Semnătura \_\_\_\_\_

Ștampila unității

Ștampila unității

## **INSTRUCȚIUNE** **de securitate și sănătate în muncă privind** **protecția lucrătorilor împotriva infectării cu COVID-19** No \_\_\_\_\_

### **I. CERINȚE GENERALE DE SECURITATE ȘI SĂNĂTATE ÎN MUNCĂ**

- 1.1. Instrucțiunea de securitate și sănătate în muncă privind protecția lucrătorilor împotriva infectării cu COVID-19 este întocmită în scopul respectării cerințelor de securitate și sănătate în muncă în toate etapele de realizare a activității, în vederea implementării cerințelor de securitate și sănătate necesare asigurării protecției lucrătorilor împotriva infectării cu COVID-19, precum și pentru îmbunătățirea, în special a mediului de muncă, în vederea garantării unui nivel mai bun de protecție a sănătății și a securității acestora.
- 1.2. În perioada pandemică lucrătorii companiei se admit la exercitarea funcțiilor de serviciu numai după trecerea instructajului de protecție împotriva infectării cu COVID-19.

#### **Ce este un coronavirus?**

- 1.3. Coronavirusurile sunt o familie mare de virusuri, ce pot îmbolnăvi atât animalele, cât și oamenii. Coronavirusurile ce afectează oamenii sunt cunoscute pentru faptul că provoacă infecții respiratorii, de la răceli obișnuite la boli mai grave, precum Sindromului Respirator din Orientul Mijlociu (MERS) și Sindromul Acut Respirator Sever (SARS). Cel mai recent coronavirus descoperit provoacă maladia infecțioasă COVID-19.

#### **Ce este COVID-19?**

- 1.4. COVID-19 este o boală infecțioasă cauzată de coronavirusul recent descoperit. Acest virus, precum și boala, au fost necunoscute până la epidemia ce a izbucnit în Wuhan, China, în decembrie 2019.

#### **Care sunt simptomele COVID-19?**

- 1.5. Cele mai des întâlnite simptome ale COVID-19 sunt **febra**, **oboseala** și **tusea uscată**. Unii pacienți pot prezenta dureri, congestie nazală, nas curgător, dureri în gât sau diaree. Aceste simptome sunt de obicei ușoare și încep treptat. Unele persoane se infectează, dar nu dezvoltă niciun simptom și se simt bine. Majoritatea oamenilor (aproximativ 80%) s-au tratat fără un tratament special. Aproximativ 1 din 6 persoane cu COVID-19 devine grav bolnavă și prezintă dificultăți de respirație. Persoanele în vârstă, precum și cele cu probleme medicale, cum ar fi hipertensiunea arterială, probleme cardiace sau diabet, sunt mai susceptibile să dezvolte o evoluție mai gravă a bolii. Aproximativ 2% dintre persoanele bolnave au decedat. Persoanele cu febră, tuse și dificultăți de respirație trebuie să solicite ajutor medical.

### Cum se răspândește COVID-19?

- 1.6. Oamenii se pot infecta cu COVID-19 de la alte persoane care au virusul. Boala se poate răspândi de la o persoană la alta prin picături mici nazale sau din gură, care sunt răspândite atunci când o persoană cu COVID-19 tușește sau expiră. Aceste picături aterizează pe obiecte și suprafețe din jurul persoanei. Alte persoane pot să contacteze COVID-19 atingând aceste obiecte sau suprafețe, apoi atingându-și ochii, nasul sau gura. Oamenii pot, de asemenea, să contacteze COVID-19 dacă respiră picături de la o persoană cu COVID-19 care tușește sau expiră picături. Acesta este motivul pentru care este important să fie păstrată distanța de mai mult de 1 metru de la o persoană bolnavă.

## II. MĂSURI DE SĂNĂTATE PUBLICĂ ȘI REGULI DE COMPORTAMENT APLICABILE SALARIAȚILOR

- 1.7. În cazul în care cuiva din salariați, în timpul serviciului, i se face rău și există motive de suspectare a contactului cu COVID-19 (s-a aflat în contact cu o persoană infectată cu COVID-19 sau s-a întors de peste hotarele Republicii Moldova) salariatul este obligat să respecte următoarele măsuri și reguli de comportament:
- Va anunța șeful ierarhic superior / administrația
  - Va păstra distanța față de colegii săi de cel puțin 2 m
  - Va utiliza masca de protecție
  - Va apela 112
  - Nu va atinge persoanele, suprafețele și obiectele
  - Își va acoperi gura și nasul cu o pânză / șervețel de unică folosință sau mască și după caz să o arunce într-o pungă sau în buzunar.
  - În cazul în care nu este posibil acoperirea gurii și nasului cu pânză, șervețele sau mască se va folosi de pliul cotului.
  - În cazul în care salariatul / persoana bolnavă vrea să meargă la baie va utiliza o baie separată.
- 1.8. În cazul în care cineva din salariați s-a aflat în contact cu o persoană infectată cu COVID-19 sau s-a întors de peste hotarele Republicii Moldova și nu prezintă simptome este obligat să respecte următoarele măsuri și reguli de comportament:
- Va comunica administrației acest fapt
  - Se va autoizola la domiciliu timp de 14 zile
  - Va informa medicul de familie despre locul de autoizolare;
  - Nu va părăsi locul de autoizolare;
  - Își va monitoriza temperatura corporală de cel puțin 3 ori pe zi;
  - Va informa zilnic medicul de familie despre evoluția stării de sănătate, prin intermediul telefonului sau altui mijloc de comunicare după cum a fost convenit cu medicul de familie;
  - Va evita contactul cu alte persoane, respectând distanța socială de cel puțin 1 metru;
  - Va respecta condițiile de igienă personală.
- 1.9. Salariații în timpul aflării în cadrul companiei sunt obligate să respecte următoarele măsuri:
- Se vor spăla cât mai des pe mâini cu o soluție pentru mâini pe bază de alcool sau cu săpun și apă timp de cel puțin 20 de secunde.
  - Vor menține distanța socială de cel puțin 1 metru între salariat și alte persoane, mai ales cele care tușesc, strănută și au febră.
  - Nu vor atinge gura, nasul și ochii cu mâna.
  - Vor urma o igienă respiratorie bună. Aceasta înseamnă să-și acoperi gura și nasul cu un șervețel sau să strănute și să tușească în pliul cotului. Apoi vor arunca imediat șervețelul folosit.
  - Vor evita contactul cu persoane care sunt suspecte de infecții respiratorii acute.

- Nu vor lua medicamente antivirale și nici antibiotice decât în cazul în care le prescrie medicul
- Vor șterge toate suprafețele cu care contactează (tastiere, mouse, monitor) cu dezinfectanți pe bază de clor sau alcool și vor menține condițiile igienice la postul de muncă
- Vor coordona cu administrația posibilitatea desfășurării activității de muncă în regim flexibil sau la domiciliu pentru a minimiza aglomerarea la locul de muncă

