



## RECOMANACIONS

### Davant períodes d'alta incidència de grip

La grip és una malaltia vírica que es transmet amb facilitat d'una persona a una altra de tres maneres:

- Per petites gotes que s'expulsen en tossir o esternudar (via aèria). És la més freqüent.
- Per contacte de la pell o oral amb persones malaltes de grip.
- Per haver tocat o compartit estris (coberts, gots...) i altres objectes sense netejar-los acuradament.

La transmissió en persones adultes és el dia abans de l'aparició dels símptomes i durant cinc dies després d'haver-los manifestat.

Es proposen una sèrie de mesures per tal de reduir la propagació de la malaltia centrades en actuacions ambientals, organitzatives i individuals.

#### Mesures ambientals

- Establiu les mesures per garantir la neteja de superfícies amb els productes habituals de manera freqüent. En llars d'infants i escoles infantils, aquesta neteja ha d'incloure també el material escolar i d'ús compartit.
- Elimineu, en la mesura que sigui possible, els objectes difícils de netejar.
- Garantiu la ventilació adequada dels espais i dels llocs de treball, si és possible, de forma natural (obrint les finestres).
- Proporcioneu els subministraments suficients i assequibles per controlar la infecció (per exemple, productes per a la higiene de les mans, tovalloles de paper per eixugar-se i recipients de rebuig) en totes les ubicacions de l'empresa.

#### Mesures organitzatives

- Indiqueu a les persones que tinguin símptomes compatibles amb la grip que romanguin a casa almenys fins 24 hores després de la desaparició de la febre.
- Promoveu el protocol per a la higiene respiratòria i el maneig de la tos, així com rentar-se les mans amb freqüència.
- Informeu la plantilla sobre la situació de l'extensió de la grip i establiu mecanismes de comunicació permanent:
  - Baseu les vostres actuacions en informació rigorosa.
  - Assegureu-vos que les comunicacions arriben a tota la plantilla, independentment del tipus de contracte o jornada, tenint en compte la possible existència de diferències culturals i lingüístiques.
  - Desenvolpeu els mitjans (per exemple, línies d'accés directe o llocs web) per a la comunicació de les accions que cal dur a terme entre plantilla, proveïdors i clients.
- Establiu la coordinació necessària amb les empreses externes contractades i afectades per activitats relacionades amb aquest pla (per exemple, neteja, manteniment, etc.).

#### Mesures individuals

Són mesures que tothom ha de prendre per protegir-se del contagi o per protegir-ne els altres. Aquestes recomanacions s'adrecen a l'empresariat per tal que faciliti als treballadors i treballadores el compliment de les mesures establertes per l'autoritat sanitària per a la població general:

- Encoratgeu la vacunació dels empleats i empleades contra la grip estacional d'acord amb les recomanacions específiques de l'autoritat sanitària en cada moment.
- Facilitau el compliment de les mesures higièniques als treballadors i treballadores.

#### Mesures higièniques relatives a les persones

- Quan tossiu o esternudeu, tapeu-vos la boca i el nas amb un mocador d'un sol ús i llenceu-lo a les escombraries. Si no teniu mocador, tossiu o esternudeu a la part superior de la màniga.
- Renteu-vos les mans freqüentment amb aigua i sabó durant uns deu o vint segons, o amb un preparat amb alcohol, i eixugueu-vos-les bé (sobretot després de tocar superfícies comunes, com ara baranes, manetes de portes, teclats i ratolins d'ordinador, telèfons, elements de subjecció en el transport públic i després d'esternudar i mocar-vos).
- Obriu sovint les finestres per ventilar els espais tancats.
- Eviteu el contacte proper amb persones malaltes de la grip i no compartiu menjar ni estris (coberts, gots, tovallons, mocadors...) i altres objectes sense netejar-los correctament.
- Eviteu compartir gots, coberts, raspalls de dents i altres objectes que puguin haver estat en contacte amb saliva o secrecions.

Font: Generalitat de Catalunya

Departament de Treball, Afers Socials i Famílies  
Direcció General de Relacions Laborals i Qualitat en el Treball

Institut Català de Seguretat i Salut Laboral



## Desconnexió digital en l'àmbit laboral

El passat 6 de desembre va entrar en vigor la nova Llei Orgànica 3/2018, de Protecció de Dades i de Garantia dels Drets Digitals, que adapta l'ordenament jurídic espanyol al Reglament de la UE.

En l'article 88, recull el dret a la desconnexió digital en l'àmbit laboral:

1. Els treballadors i els empleats públics tenen dret a la desconnexió digital a fi de garantir, fora del temps de treball establert legalment o convencionalment, el respecte del seu temps de descans, permisos i vacances, així com la seva intimitat personal i familiar.
2. Les modalitats d'exercici d'aquest dret han d'atendre la naturalesa i l'objecte de la relació laboral, potenciar el dret a la conciliació de l'activitat laboral i la vida personal i familiar i s'han de subjectar al que estableixi la negociació col·lectiva o, si no n'hi ha, al que acordin l'empresa i els representants dels treballadors.
3. L'ocupador, amb l'audiència prèvia dels representants dels treballadors, ha d'elaborar una política interna dirigida a treballadors, inclosos els qui ocupin càrrecs directius, en què ha de definir les modalitats d'exercici del dret a la desconnexió i les accions de formació i sensibilització del personal sobre un ús raonable de les eines tecnològiques que eviti el risc de fatiga informàtica.

En particular, s'ha de preservar el dret a la desconnexió digital en els supòsits de realització total o parcial del treball a distància, així com al domicili de l'empleat vinculat a l'ús amb finalitats laborals d'eines tecnològiques.



## NOVETATS

### El Gremi del Barcelonès Nord i Baix Maresme, AEMIFESA, signa un acord de col·laboració amb Previntegral Group



El 17 d'octubre de 2018 es va dur a terme l'acte de signatura de l'acord a la seu del gremi a Badalona. A l'acte, hi van assistir el **Sr. Antoni Ruiz Director, gerent de l'associació**, i el **Sr. Eduard Ezquer, gerent de Previntegral Group**

AEMIFESA amplia, d'aquesta manera, el seu paquet de serveis per a les empreses associades amb una marca líder en el mercat per reforçar, d'una banda, la missió de l'associació en defensa de la prevenció, la vigilància de la salut i la formació dels instal·ladors com a professionals del sector i, de l'altra,

per satisfer les necessitats i les expectatives dels seus clients mitjançant el compliment de la normativa, els requisits legals necessaris i els coneixements tècnics per al desenvolupament de l'activitat professional.

**AEMIFESA: AEMIFESA-CATT. Gremi amb 62 anys d'història i prop de 400 empreses associades.** Du a terme la seva activitat a Montigalà (Badalona), un centre de transferència tecnològica de 2.900 m<sup>2</sup> adreçat als professionals del sector.

## CONSELL

### Temperatura i humitat en els llocs de treball

Per lloc de treball s'ha d'entendre qualsevol àrea del centre de treball, edificada o no, en la qual els treballadors hagin de romandre o a la qual puguin accedir per motiu del seu treball, inclosos els serveis higiènics, els locals de descans i de primers auxilis, els menjadors i les instal·lacions de servei o protecció annexes als llocs de treball.

Aquests llocs de treball han de complir les disposicions mínimes que estableix el Reial Decret 486/1997, de 14 d'abril, referides a condicions constructives; ordre, neteja i manteniment; senyalització, instal·lacions de servei i protecció; condicions ambientals; il·luminació; serveis higiènics i locals de descans, i material i locals de primers auxilis.

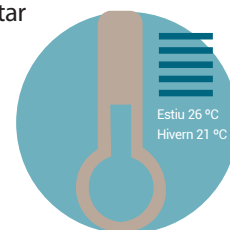
És obligació de l'empresari adoptar les mesures necessàries perquè la utilització dels llocs de treball no origini riscos per a la seguretat i la salut dels treballadors o, si això no és possible, perquè es redueixin al mínim.

A més, l'empresari ha de garantir la informació, consulta i participació dels treballadors en relació amb les qüestions esmentades.

Les condicions ambientals dels llocs de treball no han de constituir cap font d'incomoditat ni molèstia per als treballadors. Cal evitar les temperatures i les humitats extremes, els canvis sobtats de temperatura, els corrents d'aire molestos, les olors desagradables, la irradiació excessiva i, en particular, la radiació solar a través de finestres, llums o envans de vidre.

Cada activitat productiva admet una temperatura determinada. La normativa esmentada estableix que la temperatura dels locals on es facin treballs sedentaris propis d'oficina o similars ha d'estar entre els 17 i els 27 °C, i on es facin treballs lleugers, entre els 14 i els 25 °C.

La humitat relativa ha d'estar entre el 30 i el 70%, excepte als locals on hi hagi riscos per electricitat estàtica, en què el límit inferior ha de ser del 50%.



Font: Generalitat de Catalunya