



Guía de Seguridad y Salud en el Trabajo para trabajadoras y trabajadores del hogar para evitar la propagación de la COVID-19

2020



PERÚ

Ministerio de Trabajo
y Promoción del Empleo



EL PERÚ PRIMERO



Guía de Seguridad y Salud en el Trabajo para Trabajadoras y Trabajadores del Hogar para evitar la propagación de la COVID-19

©Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo
Dirección General de Derechos Fundamentales y Seguridad y Salud en el Trabajo
Av. Salaverry 655, Jesús María, Lima 11 Perú

Equipo de trabajo de la publicación

Director de la Dirección General de Derechos Fundamentales y Seguridad y Salud en el Trabajo: Sergio Arturo Quiñones Infante
Directora de la Dirección de Seguridad y Salud en el Trabajo: Karla Giamnina Canova Talledo
Especialista de la Dirección de Seguridad y Salud en el Trabajo: Luis Alberto Cortez Jara
Especialista del Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo: Deewis Michael Campos Davila

Diagramación e ilustración

Oficina de Comunicación e Imagen Institucional del Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo

2da edición digital, diciembre 2020
www.gob.pe/mtpe



ÍNDICE

Introducción	4
1. Objetivo	5
2. Alcance	5
3. Marco legal	5
4. Definiciones	5
5. Desarrollo de la guía	6



INTRODUCCIÓN

El 31 de diciembre del 2019, la Comisión Municipal de Salud y Sanidad de Wuhan (provincia de Hubei, China) informó a la Organización Mundial de la Salud sobre un grupo de veintisiete (27) casos de neumonía de etiología desconocida con una exposición común, incluyendo siete (7) casos graves. El agente causante de esta neumonía fue descubierto y aislado por primera vez en Wuhan, siendo clasificado como un nuevo virus de la familia Coronaviridae del género Betacoronavirus, al que posteriormente se ha denominado SARS-CoV-2 y el cuadro clínico asociado a este virus, se ha denominado COVID-19.

El 11 de marzo del 2020, la Organización Mundial de la Salud declaró pandemia mundial, y desde el inicio de la epidemia hasta la fecha se ha sobrepasado los 34 millones de casos confirmados a nivel global y más de 1 millón de fallecidos en todo el mundo.

En el Perú, el viernes 06 de marzo de 2020, se anunció el primer caso de la COVID-19. Ante ello, el Ministerio de Salud y diversas entidades del Poder Ejecutivo, de forma progresiva han establecido medidas con el objetivo de reducir la transmisión de la enfermedad en la población en general, a pesar de ello la cantidad de casos infectados por el virus SARS-CoV-2 ha ido en aumento, así como el número de fallecidos a razón de la COVID-19, tanto es así que a la fecha se han reportado más de 814,829 casos confirmados y lamentablemente han fallecido más de 32,463 personas.

Ahora bien, el Ministerio de Salud declaró la Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario, y se dictaron medidas para la prevención y control para evitar la propagación de la COVID-19, por medio del Decreto Supremo N° 008-2020-SA, prorrogado por noventa (90) días calendario adicionales, en virtud del Decreto Supremo N° 020-2020-SA.

De otra parte, mediante el Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, la Presidencia del Consejo de Ministros de la República del Perú declaró el Estado de Emergencia Nacional por el plazo de quince (15) días calendario, por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote de la COVID-19, plazo que temporal y progresivamente ha sido ampliado por los Decretos Supremos N° 051-2020-PCM, N° 064-2020-PCM, N° 075-2020-PCM, N° 083-2020-PCM, N° 094-2020-PCM y N° 116-2020-PCM, hasta el 31 de julio de 2020.

La crisis provocada por la pandemia de la COVID-19 está teniendo un fuerte impacto en el mercado de trabajo nacional. Si bien las consecuencias económicas, laborales y sociales son generalizadas, existe una serie de grupos de trabajadores/as que se ven particularmente afectados/as, como son las trabajadoras y trabajadores del hogar que están en la primera línea de respuesta y su rol es fundamental a la hora de mantener el buen estado de salud de las familias y las comunidades.

Ahora bien, por su perfil sociodemográfico y las condiciones en las que desempeñan su actividad, estas trabajadoras y trabajadores se encuentran en una situación de especial vulnerabilidad en el actual contexto, pues es probable que se encuentren más expuestas al riesgo que representa la COVID-19, por realizar sus actividades -muchas veces- sin las medidas de prevención adecuadas o sin los equipos de protección personal necesarios.

En atención a estos riesgos, la Dirección de Seguridad y Salud en el Trabajo de la Dirección General de Derechos Fundamentales y Seguridad y Salud en el Trabajo del Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo ha elaborado la presente Guía, con la finalidad de brindar información relevante que evite la propagación de la COVID-19 en trabajadoras y trabajadores del hogar, la cual fue socializada oportunamente con la Asociación Grupo de Trabajo Redes (AGTR CASA PANCHITA), la Asociación Nacional de Trabajadoras del Hogar (ANTRAH), la Central Unitaria de Trabajadores del Perú (CUT), el Centro Loyola de Ayacucho, la Federación de Trabajadores y Trabajadoras del Hogar Remunerador del Perú (FENTRAHOGARP), la Federación Nacional de Trabajadoras y Trabajadores del Hogar Perú (FENTTRAHOP), el Instituto de Promoción y Formación de las Trabajadoras del Hogar (IPROFOTH), y el Sindicato de Trabajadoras y Trabajadores del Hogar de la Región Lima (SINTTRAHOL), quienes con sus comentarios coadyuvaron con mejorar el presente texto.

Finalmente, se recomienda que la lectura de esta Guía se realice en conjunto con el Documento Técnico: “Lineamientos para la Vigilancia, Prevención y Control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19”, aprobado por la Resolución Ministerial N°972-2020-MINSA o la norma que haga sus veces, y la Guía de Seguridad y Salud en el Trabajo para Trabajadores del Hogar emitida por el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo.

1. OBJETIVO

Brindar un instrumento de consulta para la implantación de medidas preventivas que deben cumplir los/as empleadores/as para proteger la salud de las trabajadoras y trabajadores del hogar, a fin de mitigar el riesgo al contagio de la COVID-19.

2. ALCANCE

El presente documento es aplicable a todas las personas naturales que realizan trabajos en el hogar, de acuerdo con lo definido en el artículo 3 de la Ley N° 31047, Ley de Trabajadoras y Trabajadores del Hogar.

3. MARCO LEGAL

- Constitución Política del Perú de 1993.
- Convenio 189 de la Organización Internacional de Trabajo
- Decisión 584 de la Comunidad Andina de Naciones.
- Ley N° 28048, Ley de Protección de la Mujer Gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo del Embrión y el Feto.
- Ley N° 31047, Ley de las Trabajadoras y Trabajadores del Hogar.
- Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y sus modificatorias.
- Decreto de Urgencia N° 038-2020, que establece medidas complementarias para mitigar los efectos económicos causados a los trabajadores y empleadores ante el COVID-19 y otras medidas.
- Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19 y modificatorias.
- Decreto Supremo N° 008-2020-SA, que declara la Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control del COVID-19 y modificatorias.
- Decreto Supremo N° 009-2004-TR, que aprueba el Reglamento de la Ley de Protección de la Mujer Gestante.
- Decreto Supremo N° 005-2012-TR, que aprueba el Reglamento de la Ley 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y sus modificatorias.
- Resolución Ministerial N° 193-2020-MINSA, que aprueba el Documento Técnico: “Prevención, Diagnóstico y Tratamiento de personas afectadas por COVID-19 en el Perú, modificada por la RM 240-2020-MINSA”.
- Resolución Ministerial N° 972-2020-MINSA, que aprueba el Documento Técnico: “Lineamientos para la Vigilancia, Prevención y Control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19”.
- Resolución Ministerial N° 055-2020-TR, que aprueba el documento denominado: “Guía para la prevención del Coronavirus en el ámbito laboral”.
- Alerta Epidemiológica Código: AE-017-2020, Alerta Epidemiológica ante desplazamiento fuera del domicilio de niños, niñas y adolescentes menores de 14 años y transmisión de COVID-19 en el Perú.

4. DEFINICIONES

- **Desinfección:** Reducción por medio de sustancias químicas y/o métodos físicos del número de microorganismos presentes en una superficie o en el ambiente, hasta un nivel que no ponga en riesgo la salud.
- **Grupos de riesgo:** Conjunto de personas que presentan características individuales asociadas a mayor riesgo de complicaciones por la COVID-19.
- **Período de incubación:** Es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad.
- **Período de transmisibilidad:** Es el tiempo que transcurre desde que el organismo adquiere el agente patógeno y el tiempo que se mantiene transmitiendo el virus.
- **Trabajador/a del hogar:** Persona que tiene vínculo laboral con el empleador; y a toda persona que presta servicios dentro del centro de trabajo, cualquier sea la modalidad contractual.

5. DESARROLLO DE LA GUÍA

5.1 GENERALIDADES DE LA COVID-19

5.1.1 ¿Cómo se propaga la COVID-19?

Se cree que la COVID-19 se propaga principalmente:



Propagación de persona a persona, una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala.



Al tocar una superficie u objeto que tenga el virus, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan objetos o superficies que tengan el virus y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.

5.1.2 ¿Cuánto dura el período de incubación de la COVID-19?

El inicio de los síntomas se puede presentar entre cinco (5) y seis (6) días después de la infección en promedio (Rango: 1 a 14 días).

5.1.3 ¿Cuáles son los signos de alarma para COVID-19?

Los signos de alarma permiten identificar la necesidad de atención médica inmediata en casos de COVID-19:

- a) Sensación de falta de aire o dificultad para respirar.
- b) Desorientación o confusión
- c) Fiebre (temperatura mayor de 38°C) persistente por más de dos (2) días.
- d) Dolor en el pecho.
- e) Coloración azul de los labios (cianosis).

5.1.4 ¿Cuánto dura el período de transmisibilidad?

Se estima que la transmisión puede iniciar antes de la presentación de síntomas, entre dos (2) a cuatro (4) días, pero puede extenderse hasta catorce (14) días.



5.1.5 ¿Cuáles son los grupos de riesgo para COVID-19?

Las personas que se encuentran dentro de los grupos de riesgo para COVID-19 son aquellas que se encuentran dentro de uno o más de los siguientes supuestos:

- Edad mayor a 65 años.
- Hipertensión arterial refractaria
- Diabetes.
- Obesidad con IMC de 40 a más.
- Enfermedades cardiovasculares.
- Enfermedad pulmonar crónica.
- Cáncer
- Otros estados de inmunopresión y otros establecidos en el documento normativo vigente del Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades.

5.1.6 ¿Cuáles son las obligaciones del empleador en materia de seguridad y salud en el trabajo?

- Capacitar a las trabajadoras y trabajadores del hogar sobre las medidas preventivas y sanitarias recomendadas por el Ministerio de Salud.
- Informar sobre los métodos de distanciamiento físico de al menos 1.5 metros de otras personas, por ejemplo, cuando sale a comprar comestibles.
- Proporcionar los equipos de protección personal tales como mascarillas de uso comunitario, (que deben cambiarse con frecuencia), jabón y agua limpia, y desinfectantes para manos a base de alcohol.
- Si alguien en el hogar está enfermo con la COVID-19, asegúrese de que todos los miembros del hogar, incluidos las trabajadoras y trabajadores del hogar, estén informados sobre ello, debiendo tomar medidas inmediatas para proteger su seguridad y salud, tales como medidas de aislamiento social (cuarentena) por igual a todos los miembros de la familia, incluso para las trabajadoras y trabajadores del hogar.
- El/la empleador/a debe velar por la disponibilidad, recambio y uso obligatorio de la mascarilla de uso comunitario para el/la trabajador/a del hogar en el centro laboral.
- El/la empleador/a debe velar por la disponibilidad, recambio y uso obligatorio del respirador FFP2/N95 o equivalentes, careta facial y gafas de protección, cuando el/la trabajador/a del hogar este excepcionalmente ante un riesgo alto de exposición a la COVID-19, por ejemplo, si cuidan personas que cuentan con más de un síntoma del SARS CoV-2 en el hogar o es un paciente con diagnóstico de dicho virus o se sospecha que lo padece.



5.2 PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA EXPOSICIÓN OCUPACIONAL

El/la empleador/a debe reducir o eliminar en la medida en que sea posible el riesgo de contagio por el SARS-CoV-2, en las trabajadoras y trabajadores del hogar.

En ese sentido, el/la empleador/a en la medida en que sea posible debe evitar exponer a la trabajadora y trabajador del hogar al riesgo de contagio a la COVID-19, en su centro de labores, para lo cual deberá establecer condiciones mínimas de seguridad que eviten la exposición a los posibles focos de infección (contacto persona – persona, contacto con superficies contaminadas y/o a través de productos o insumos contaminados).

5.2.1 Consideraciones para la higiene personal



- Realizar el lavado frecuente de manos (con agua y jabón como mínimo 20 segundos) especialmente después de toser, estornudar y de manipular pañuelos o superficies potencialmente contaminadas.
- Al toser o estornudar, cubrirse bien la boca y la nariz con el codo o con un pañuelo desechable para retener las secreciones respiratorias.
- Usar pañuelos desechables y tirarlos inmediatamente a un recipiente habilitado para tal fin. Se recomienda recipientes con tapa/cerrados con apertura de pie y no manipulación manual para apertura/cierre.
- Las uñas deben llevarse cortas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos que puedan dificultar una correcta higiene de manos.
- Mantener la distancia física de 1.5 metros.

IMPORTANTE: Para realizar un correcto lavado de manos debemos utilizar técnica siguiente:

Técnica para el lavado de manos

Los pasos para un adecuado lavado de manos según la Organización Mundial de la Salud son:



Mojarse las manos.



Aplicar suficiente jabón para cubrir toda la mano.



Frotar las palmas entre sí.



Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



Frotar las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.



Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frotarlo con un movimiento de rotación, y viceversa.



Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



Enjuagar las manos.



Secarlas con una toalla de un solo uso.



Utilizar la toalla para cerrar el grifo.



Nota: El/la empleador/a deberá procurar informar, capacitar y/o entrenar a las trabajadoras y trabajadores del hogar para la adecuada realización de la higiene de manos y respiratoria en el centro laboral, para lo cual se debe tener en cuenta lo siguiente:

- Reforzar la disponibilidad de material de limpieza e higiene personal (agua, jabón, alcohol en gel al 70%).
- Facilitar el lavado frecuente de manos con agua y jabón y el secado con papel toalla. Si no es posible con agua y jabón disponer de desinfectante de manos.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión.

5.2.2 Consideraciones para la limpieza y desinfección de instalaciones y utensilios

- Aumentar la frecuencia de la limpieza y desinfección de los ambientes y superficies del hogar como: mesones, lavaderos de cocina, superficies de la mesa, utensilios de cocina, manteles, individuales, pisos, servicios higiénicos, zonas de uso común y de frecuente tránsito, entre otras.
- Solicitar a su empleador/a que le proporcione guantes desechables de látex o en caso de alergia que sean de nitrilo, para su uso.
- Usar la técnica de lavado de manos mientras realiza la limpieza, al culminar y al terminar sus labores del día.
- Asegúrese de tomar las precauciones de seguridad adecuadas al usar productos químicos de limpieza.
- Asegúrese de que haya una ventilación adecuada cuando use limpiadores de superficie, abriendo ventanas o puertas.
- No mezclar productos de limpieza ni use un producto encima de otro en la misma superficie¹, lea las etiquetas del producto químico y aprenda su uso correcto. Si diluye productos, no es necesario verter mayores concentraciones de lo que especifica la etiqueta.
- Evite rociar productos químicos de limpieza en el aire o rociar sobre superficies. Es preferible rociar en un paño/toallita y luego limpiar la superficie deseada.
- Evite llevar suministros de limpieza entre los hogares para evitar la transferencia de gérmenes de un hogar a otro.
- Para el lavado de ropa o de utensilios de alguna persona que sea sospechosa de tener la COVID-19 o un caso confirmado, se debe:
 - Separar el menaje que usa para ingerir sus alimentos, lavar con guantes y desinfectar el lavadero y los utensilios.
 - La ropa de uso personal y la ropa de cama debe manipularse con guantes; en su defecto, asegurarse de lavarse las manos con agua y jabón como mínimo 20 segundos después; y
 - No agitar la ropa sucia. Esto minimizará la posibilidad de dispersar el virus a través del aire.



5.2.3 Consideraciones para el cuidado de personas de la tercera edad, o alguna persona que tenga alguna de las comorbilidades

- Limitar su propia exposición a otras personas, a fin de evitar contagiar a la persona bajo su cuidado.
- Tomarse descansos adicionales para lavarse las manos con agua y jabón como mínimo 20 segundos y practicar la técnica de lavado de manos.
- Coordinar con su empleador/a para asegurarse de que el hogar esté abastecido de los productos necesarios, para minimizar los viajes a las tiendas o supermercados.

5.2.4 Consideraciones para el cuidado de niños

- Enseñar a los niños la técnica de lavado de manos.
- Lavarse las manos con agua y jabón como mínimo 20 segundos cuando llegue, antes y después de manipular alimentos, al haber ayudado a los niños con el baño (cambiar pañales) o la limpieza de la nariz o boca.
- Limitar la exposición a la COVID-19, suspendiendo actividades que podrían ponerlo/la en contacto con alguna persona infectada del SARS CoV-2.
- Adoptar las recomendaciones señaladas por el Ministerio de Salud para el desplazamiento fuera del domicilio de niños, niñas y adolescentes menores de 14 años y transmisión de la COVID-19 en el Perú.



¹Se recomienda que el/la trabajador/a del hogar revise la “Guía de Seguridad y Salud en el Trabajo para Trabajadores del Hogar” del Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo.

5.2.5 Consideraciones para los desplazamientos hacia y desde el trabajo

- Las trabajadoras y trabajadores del hogar bajo la modalidad “cama afuera” deberá informar a su empleador la ruta que realiza hacia y desde el trabajo con dirección a su domicilio, especificando si el transporte público utilizado está abarrotado. El/la empleador/a deberá recomendar a la trabajadora y trabajador de hogar evitar lugares y medios de transporte abarrotados de personas.
- El/la empleador/a podrá considerar cubrir el costo de un medio de transporte con menos afluencia de pasajeros.
- Las trabajadoras y trabajadores cumplirán con los protocolos sanitarios implementados por el sector transporte.



IMPORTANTE: La trabajadora o trabajador del hogar a su llegada a su centro laboral deberá lavarse las manos y desinfectar su ropa y calzado antes de entrar en contacto con los miembros del hogar, objetos y superficies. También, se deben desinfectar las bolsas, artículos y otros objetos expuestos.

5.2.6 Consideraciones para realizar compras en mercados y supermercados

- Los trabajadores y trabajadoras del hogar deberán utilizar su mascarilla de manera obligatoria en todo momento.
- Las trabajadoras y trabajadores del hogar, no debe tocarse la cara, ojos, nariz, boca y al bajar del transporte se debe desinfectar las manos con alcohol en gel al 70%.
- En los establecimientos donde se utilizan carritos o canastas de ser posible se deberá desinfectar los lugares de contacto, y posteriormente desinfectarse las manos con alcohol en gel al 70%.
- Se deben evitar tocar productos que no se comprarán, así como la banda transportadora de las cajas de los supermercados además de mantener el distanciamiento físico de 1.5 metros como mínimo.
- Para reducir la exposición frecuente se deberá considerar comprar alimentos y productos en cantidad suficiente para disminuir el número de salidas durante cada semana.



Nota: Para todo lo no señalado en la presente Guía, se recomienda revisar el Documento Técnico: “Lineamientos para la Vigilancia, Prevención y Control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19”, aprobado por la Resolución Ministerial N°972-2020-MINSA o la norma que haga sus veces, y la Guía de Seguridad y Salud en el Trabajo para Trabajadores del Hogar emitida por el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo.



Dirección: av. Salaverry 655, Jesús María.

Teléfono: 630 60 00 / 630 60 30

www.gob.pe/mtpe

Síguenos en:

