

Mesures preventives contra la COVID-19

Data d'actualització: 24/09/2020

1. Mesures individuals

Manteniu en tot moment la **distància de seguretat** interpersonal d'1,5 metres com a mínim.

És obligatori l'ús de **màscara** en tots els espais exteriors i interiors, tant els destinats a usos específics com els de trànsit i distribució, encara que sigui possible mantenir la distància de seguretat interpersonal d'1,5 metres. La màscara s'ha d'utilitzar de forma correcta, cobrint la boca i el nas, i ha de ser com a mínim higiènica (norma UNE EN-064/2020) i reutilitzable, si és possible. El personal amb risc elevat d'exposició al virus, així com el personal valorat com a treballador especialment sensible d'acord amb l'informe de la Unitat Mèdica, han d'utilitzar màscara FFP2 (EPI). [Vídeo sobre l'ús correcte de la màscara.](#)

Rentau-vos les mans de forma freqüent i meticulosa, almenys durant 40 segons, amb aigua i sabó o, si no en teniu, amb gel hidroalcohòlic. Teniu en compte que, quan les mans tenen brutor visible, el gel hidroalcohòlic no desinfecta correctament i és necessari emprar aigua i sabó. [Cartell sobre el rentat correcte de mans.](#)

Etiqueta respiratòria:

- Cobriu-vos el nas i la boca amb un mocador quan tossiu o esternudau i llençau-lo al fems. Després, rentau-vos les mans.
- Si no teniu mocadors, emprau la part interna del colze per evitar la contaminació de les mans.
- Evitau tocar-vos els ulls, el nas o la boca, atès que les mans faciliten la transmissió.

No feu manifestacions d'educació o afecte que suposin contacte físic.

No es permet el consum de tabac a la via pública o en espais a l'aire lliure d'ús públic.

2. Mesures col·lectives i/o organitzatives generals

Quan no es pugui assegurar la distància interpersonal d'1,5 metres, heu d'adoptar mesures alternatives (horaris i torns de feina, instal·lació de barreres físiques, etc.). Es prioritzarà el teletreball quan sigui possible.

Quan sigui necessari, modifiqueu la disposició dels llocs de treball, l'organització de la circulació de persones en espai comuns (evitant tant com sigui possible els creuaments entre persones) i la distribució d'espais (mobiliari, prestatgeries, etc.), amb l'objecte de garantir el manteniment de les distàncies de seguretat.

Les reunions es faran per videoconferència sempre que sigui possible. Si han de ser necessàriament presencials, els assistents es rentaran les mans abans d'entrar-hi, mantindran 1,5 metres de distància entre ells i duran màscara obligatòriament. Si cal, es reduirà el nombre de persones que poden ser dins la sala, per garantir la distància interpersonal. Es durà un registre d'assistència a la reunió en què s'indicarà nom i cognoms dels assistents, lloc, dia i hora de la reunió.

Ventilació:

- La UIB ha augmentat al màxim la renovació d'aire dels sistemes de ventilació general dels espais que en tenen. També ha augmentat la periodicitat de la neteja i substitució dels filtres.
- Manteniu les portes i les finestres obertes mentre el temps ho permeti. Com a mínim, obriu les finestres de 10 a 15 minuts algunes vegades cada dia. Teniu en compte que els aparells d'aire condicionat individuals (tipus *split*) no renoven l'aire.

| 2 |

Neteja i desinfecció:

- L'empresa de neteja ha reforçat la desinfecció dels centres i dels llocs de treball intensificant la higiene de les superfícies de contacte freqüent (passamans, banys, poms, taules, teclats, etc.). Les oficines i despatxos es desinfecten una vegada al dia. Les aules i sales d'estudi es desinfecten a l'inici de la jornada de matí i d'horabaixa.
- Addicionalment, cada treballador (PDI i PAS) ha de desinfectar les superfícies o objectes que comparteix amb altres usuaris, abans i després de cada ús (taules, teclats, telèfons, recolzabraços de la cadira, aparells, instruments, mànecs, etc.). Tots els espais (aules, laboratoris, oficines, etc.) disposen de material desinfectant ([autoritzat pel Ministeri de Sanitat](#)) per realitzar aquesta autodesinfecció.

Zones de descans, menjadors i vestidors: respectau-ne la capacitat màxima, per garantir la distància de seguretat d'1,5 metres. Si cal, organitzau torns. Emprau màscara, ventileu bé els espais i desinfectau les superfícies i objectes compartits (taules, cadires, microones, etc.).

Banys: l'ocupació màxima és d'una persona per als banys de fins a quatre metres quadrats. Per a banys més grans que disposin de més d'una cabina o urinari, l'ocupació màxima és del 50 per cent del nombre de cabines i urinaris. Mentre s'usa el bany, s'ha de mantenir una distància de seguretat d'1,5 metres com a mínim.

Vies de circulació:

- Manteniu les portes obertes, sempre que això no afecti la seguretat patrimonial de la UIB, amb la finalitat d'evitar la manipulació dels poms.
- S'han d'utilitzar de forma preferent les escales. Quan sigui necessari utilitzar l'ascensor, l'ocupació màxima és d'una persona, que ha de dur la màscara posada.
- Als passadissos, sempre que l'amplada ho permeti, se circularà per la paret que quedi a mà dreta, deixant el costat esquerre per al sentit contrari de circulació.
- Evitau el contacte amb superfícies d'ús comú (passamans, poms de portes, etc.).

En els desplaçaments, prioritzau les opcions de mobilitat que garanteixin la distància interpersonal. Si emprau transport públic, heu d'emprar la màscara.

Formació i informació: s'elaboraran i distribuïran cartells i infografies per informar el personal sobre les mesures de prevenció. També s'impartiran cursos de prevenció de la COVID-19.

Compliu el Pla d'actuació de la UIB per a la docència presencial adaptada ([enllaç](#)) i la Instrucció de Gerència que estableix les mesures de caràcter organitzatiu i de prestació de serveis del PAS en el període de nova normalitat ([enllaç](#)), així com les normes que es vagin publicant a la web <<https://coronavirus.uib.cat>>.

3. Mesures específiques per al PAS

A més de complir els apartats 1 i 2, han de seguir les indicacions següents:

En els serveis, sempre que sigui possible, s'organitzaran equips de treball sense coincidència de dies presencials. La finalitat d'aquesta mesura és que, en cas de contagi i consegüent aïllament, s'asseguri un grup de persones que permeti la continuïtat del servei presencial.

Llocs d'atenció al públic i biblioteques:

- Limitau l'atenció presencial als casos estrictament necessaris. Si és possible, les gestions es faran preferentment de forma telemàtica.
- Sempre que sigui possible, s'atendrà el públic amb cita prèvia. Quan doneu cita, indiqueu als usuaris que no poden acudir-hi si tenen símptomes compatibles amb la COVID-19 o si estan en aïllament domiciliari.
- La distància entre el treballador i l'usuari serà almenys d'1 metre, si hi ha mampara de protecció, o almenys d'1,5 metres, si no hi ha mampara. Es posarà cinta al terra per senyalitzar la separació interpersonal.
- El treballador i l'usuari han de dur la màscara posada i desinfectar-se les mans.
- S'ha d'evitar que les persones externes entrin al servei, oficina o unitat.

- S'ha d'evitar compartir material d'oficina amb els companys i amb gent externa (telèfons, bolígrafs, papers, grapadores, etc.). Avisau les persones externes que duguin el seu propi material.
- Desinfectau-vos les mans amb gel hidroalcohòlic després de manipular documents o objectes compartits.
- Desinfectau els objectes que comparteixin distints usuaris emprant un [desinfectant comercial autoritzat](#).
- Utilitzau accessos independents per al públic extern i per al personal propi del servei, oficina o unitat, quan sigui possible.
- Retirau els materials que es puguin tocar amb les mans (revistes, tríptics i similars).
- En el cas de les biblioteques, estaran obertes en torns de matí i capvespre amb una hora de tancament els migdies per procedir a la neteja i desinfecció. Es complirà la distància de seguretat i s'utilitzarà màscara. Els llocs de lectura seran adjudicats de forma individual a cada usuari. El funcionament de les biblioteques es regirà per un protocol específic que es mantindrà actualitzat a la [web del Servei de Biblioteca i Documentació](#).

4. Mesures específiques per al professorat a les aules

A més de complir els apartats 1 i 2, ha de seguir les indicacions següents:

Totes les aules disposen de gel hidroalcohòlic, desinfectant de superfícies i paperera.

Alumnes i docents s'han de desinfectar les mans amb gel hidroalcohòlic abans d'entrar a l'aula.

Alumnes i docents han de dur màscara durant la classe. Si qualche estudiant no duu màscara o se li romp, els conserges n'hi donaran una de nova.

En el cas de mobiliari mòbil, no modifiqueu la distribució de les taules i les cadires de l'aula, per garantir la separació de seguretat. Si el mobiliari és fix, se senyalitzaran els seients que es poden ocupar.

Els professors heu de mantenir com a mínim 2 metres de distància amb l'alumnat.

Establiu un accés ordenat d'estudiants a l'aula evitant aglomeracions a l'entrada i la sortida i mantenint la distància interpersonal d'1,5 metres a la fila d'accés i de sortida. Si es disposa de dues portes, establiu-ne un ús diferenciat per a l'entrada i la sortida.

En cas d'utilitzar micròfons, es recomana protegir-los amb plàstic, per evitar que es contaminin. En acabar la sessió, substituïu-ne el plàstic. Si el micròfon passa d'una persona a una altra, s'han de desinfectar les mans després d'emprar-lo.

Indicau als alumnes que escanegin el codi QR que trobaran a la seva taula.

Cada persona manejarà el seu material i evitarà compartir-lo. Si intercanviau objectes o manipuleu materials d'ús compartit (papers, bolígrafs, guix, retoladors, esborradors, comandament a distància, etc.), desinfectau-vos les mans amb gel hidroalcohòlic.

Si un alumne presenta símptomes de COVID-19 (febre, tossina o dificultat respiratòria, mal de coll, etc.), l'heu d'acompanyar a la sala d'aïllament i avisar la consergeria de l'edifici. Si un alumne us avisa que és positiu o bé que es troba en situació d'aïllament, cal que li indiqueu que ha d'informar-ne la UIB amb un formulari disponible a UIBdigital. D'aquesta manera, els caps d'estudis o directors de màster podran informar-ne el professorat, perquè adopti, si escau, les adaptacions curriculars pertinents.

A les aules d'informàtica, els ordinadors s'usaran individualment. No es permet que emprin el mateix ordinador dues persones de manera simultània. Cal desinfectar els ordinadors entre l'ús d'una persona i el de la següent. Per a això, l'aula disposa de material desinfectant adient, perquè cada alumne faci l'autodesinfecció del monitor, teclat, ratolí, taula, recolzabraços de la cadira, etc.

Es recomana que feu les tutories de manera no presencial. Si són presencials, les heu de fer amb màscara i mantenint 1,5 metres distància. Quan acabi un alumne, demanau-li que us ajudi a desinfectar les superfícies (cadira, taula, etc.) abans que entri el següent.

Els conserges ventilaran les aules amb aire natural durant quinze minuts abans de la jornada de matí i d'horabaixa. Sempre que sigui possible, manteniu les finestres obertes durant la classe. Si això no és possible, el professor s'encarregarà d'obrir les finestres almenys durant els canvis de classe. Es recomana fer un descans durant les sessions que tinguin una durada superior a una hora, per poder ventilar l'aula.

L'empresa de neteja desinfecta les aules a l'inici de la jornada de matí i d'horabaixa. Addicionalment, cada aula i sala d'estudi disposa de desinfectant, perquè alumnes i docents puguin fer l'autodesinfecció de les superfícies i objectes que es comparteixen (taules, recolzabraços de la cadira, teclats, etc.).

En cas que els alumnes tinguin dubtes durant la classe o l'examen, faran la consulta des del seu lloc, i el professor hi respondrà per a tota la classe.

Prioritzau el lliurament de treballs en format electrònic. En cas que els alumnes lliurin documents en paper (treballs, exàmens o similars), els dipositaran en una capsa, sense que el professor els toqui, i es guardaran un mínim de 24 hores (quarantena) abans de corregir-los. Si el professor toca els papers abans que acabi el període de quarantena, després es desinfectarà les mans amb gel hidroalcohòlic.

Es recomana que el professor deixi els exàmens a cada lloc sense la presència dels estudiants, per evitar que passin de mà en mà.

Es permet, si és possible, realitzar les activitats docents a l'aire lliure.

5. Mesures específiques per a les pràctiques docents

S'aplicaran les normes explicades als apartats 1, 2 i 4, en especial el manteniment de la distància de seguretat, l'ús de màscara en tot moment i la neteja freqüent de les mans. També és important que incrementeu la ventilació natural dels laboratoris obrint les finestres.

Adicionalment heu de tenir en compte les instruccions següents:

A més de l'ús obligatori de màscara, és recomanable utilitzar guants impermeables d'un sol ús en determinades pràctiques que requereixen la manipulació compartida d'objectes ([vídeo sobre l'ús correcte dels guants](#)). Quan sigui necessari emprar bata, s'haurà de rentar regularment. També s'empraran els equips de protecció adients en funció dels riscos de cada pràctica (guants, ulleres de protecció, sabates tancades, etc.). Teniu vídeos de [Com posar-se els EPI](#) i [Com llevar-se els EPI](#).

6

L'empresa de neteja desinfecta una vegada al dia els laboratoris docents, els tallers i les aules especials (de música, plàstica, educació física, etc.). Els centres informaran el Servei de Patrimoni, Contractació, Infraestructura i Unitat Tècnica dels laboratoris que, per la planificació del seu ús, necessitin una neteja dues vegades cada dia.

Els laboratoris disposaran de material desinfectant perquè estudiants, docents i personal de suport dels laboratoris duguin a terme l'autodesinfecció de les superfícies compartides abans i després d'emprar-les (taules, aparells, instrumentació, teclats, mànecs, etc.). S'utilitzarà un desinfectant que no danyi els equips i instruments.

Els conserges o el personal de suport ventilaran els laboratoris amb aire natural durant quinze minuts abans de la jornada de matí i d'horabaixa. Sempre que sigui possible, manteniu les finestres obertes durant la pràctica. Si això no és possible, el professor s'encarregarà d'obrir les finestres almenys durant els canvis de grup i les pauses. Es recomana fer un descans durant les sessions que tinguin una durada superior a una hora, per poder ventilar l'aula.

El professor ha d'elaborar, per a cada sessió, una relació d'estudiants assistents en què indiqui el dia de la sessió, l'hora, l'edifici i el nom i cognoms dels estudiants assistents presencialment a la sessió. Aquesta informació és bàsica per fer una investigació de contactes estrets.

A les pràctiques docents, les normes generals exposades als apartats anteriors podran ser complementades amb unes pautes específiques desenvolupades per cada centre, atesa l'elevada casuística.

6. Mesures específiques per als laboratoris de recerca

S'aplicaran les normes explicades als apartats anteriors, en especial el manteniment de la distància de seguretat d'1,5 metres sempre que sigui possible, l'ús de màscara en tot moment i la neteja freqüent de les mans. També és important que incrementeu la ventilació natural dels laboratoris obrint les finestres diverses vegades al dia.

L'empresa de neteja desinfecta els laboratoris de recerca una vegada al dia. Els laboratoris disposen de material desinfectant perquè cada investigador pugui desinfectar les superfícies compartides abans i després d'emprar-les (taules, aparells, instrumentació, teclats, mànecs, etc.). S'utilitzarà un desinfectant que no danyi els equips i instruments.

Per poder fer el seguiment de contactes estrets en cas que es detecti un cas positiu o sospitós de COVID, els investigadors hauran d'escanejar cada dia el codi QR de les portes dels laboratoris on entrin.

| 7 |

7. Mesures específiques per a les feines exteriors i sortides de camp

Es desaconsellen els desplaçaments que es puguin resoldre de manera telemàtica, mitjançant telefonada o videoconferència.

L'activitat es limitarà al mínim nombre de persones possible. Planificau la sortida i preveieu els materials de seguretat que necessitareu dur-hi.

Prioritzau les opcions de mobilitat que garanteixin la distància interpersonal. Si al vehicle hi viatja més d'una persona, totes han de dur màscara.

El conductor netejarà i desinfectarà el vehicle abans i després d'emprar-lo, especialment les superfícies que entren en contacte amb les mans: volant, fre de mà, interruptors, manetes de les portes, cinturó de seguretat, seients, etc. Per fer aquesta neteja emprarà guants d'un sol ús. El material necessari per a la neteja del vehicle (guants, màscara quirúrgica, gel hidroalcohòlic per a les mans, desinfectant de superfícies, paper) estarà disponible al vehicle.

Si l'activitat es desenvolupa en espais tancats, heu de mantenir la distància interpersonal d'1,5 metres sempre que sigui possible i també heu de dur la màscara.

Si l'activitat es realitza en espais oberts, no és obligatori que els treballadors emprin la màscara si poden mantenir la distància de seguretat. L'alumnat ha d'emprar la màscara tant als espais interiors com als exteriors.

Evitau compartir material (telèfons, bolígrafs, paper, eines, instruments, etc.). Si compartiu materials, eines o aparells, els heu de desinfectar abans i després d'emprar-los, utilitzant un [desinfectant comercial autoritzat](#) o etanol al 70%.

És recomanable protegir amb plàstic els elements compartits que siguin difícils de desinfectar (teclats, micròfons, telèfons, etc.). Substituïu el plàstic després de cada ús.

Si l'activitat es realitza en espais tancats, incrementau-ne la ventilació natural i mecànica, si és possible.

Els residus (màscares, guants, etc.) s'han de dipositar al contenidor de rebuig (residus d'origen domèstic). Si cal, heu de dur una bossa de fems en cada sortida de feina.

Per poder fer el seguiment de contactes estrets en cas que es detecti un cas positiu o sospitós de COVID, registrau el nom i cognoms dels participants, dia i lloc de la sortida.

En el cas de sortides de camp amb alumnes, el professor es farà responsable del compliment de les mesures preventives. A les sortides de camp per a recerca, l'investigador principal serà el responsable del compliment de les mesures. Recordau que heu d'aplicar les mesures preventives adequades en funció dels riscos de cada sortida de camp.

Si desenvolupau l'activitat en una altra empresa que no pertany a la UIB, heu de complir les normes de seguretat que us indiquin els seus responsables.

La UIB disposa d'una Comissió d'Experts en Sortides de Camp ([FOU](#)), que s'encarrega d'establir les normes de seguretat durant les sortides. En cas de dubte o consulta, us podeu dirigir al secretari de la Comissió (santiago.hernandez@uib.es).

8. Mesures específiques per a l'atenció a participants en estudis de recerca

A més de complir els apartats 1 i 2, se seguiran les indicacions següents:

Habilitau un sistema de cita prèvia per als participants, preveient un temps suficient per atendre'ls i per netejar i desinfectar la instal·lació després de cada un. Limitau l'atenció presencial als casos estrictament necessaris.

Quan concerteu la cita, indicau als usuaris que no poden acudir-hi si tenen símptomes compatibles amb la COVID-19 o si estan en aïllament domiciliari.

No heu d'atendre participants que presentin simptomatologia sospitosa de COVID-19 (febre, tossina o dificultat respiratòria, mal de coll, pèrdua del gust o l'olfacte).

Durant la cita només hi han de ser presents el participant i el professional encarregat de la consulta, i només s'hi admetrà un acompanyant si és estrictament necessari.

El professional i el participant es rentaran les mans abans d'iniciar la consulta, utilitzaran màscara i, si és possible, mantindran una distància d'1,5 metres.

Quan sigui necessari, el professional durà bata, que es rentarà freqüentment, i guants impermeables d'un sol ús en cas de contacte físic amb el participant (els guants es canviaran després d'atendre cada participant). Si fa tractaments que generen aerosols, utilitzarà ulleres integrals o pantalla facial. Podeu veure els vídeos: [Com posar-se els EPI](#) i [Com llevar-se els EPI](#).

Desinfectau les superfícies (aparells, instruments, taules, cadires, mànecs, botoneres, etc.) després de cada participant, emprant un [desinfectant comercial](#) o etanol al 70%. | 9 |

Si es generen residus sanitaris (material de cures, xeringues, etc.), guardau-los en contenidors homologats, que es retiraran a través del circuit habitual de la UIB. Si necessitau contenidors, avisau a [<prevencio@uib.es>](mailto:prevencio@uib.es).

Per poder fer el seguiment de contactes estrets en cas que es detecti un cas positiu o sospitós de COVID, registrau el nom i cognoms dels participants, dia i lloc de la cita.

9. Actes públics i altres activitats no docents

La UIB estableix una ocupació màxima de 150 persones per als actes públics i les activitats no docents, tant en espais interiors com als exteriors. També s'ha de garantir la separació de seguretat d'1,5 metres entre els assistents.

S'aplicaran les normes dels apartats 1 i 2, en especial el manteniment de la distància de seguretat d'1,5 metres, l'ús de màscara en tot moment i la neteja de les mans a l'entrada i la sortida de l'acte.

Si l'acte es fa en espais interiors, es garantirà una bona ventilació natural i un bon funcionament del sistema de ventilació forçada, si n'hi ha.

Es desinfectaran les superfícies (cadires, taules, etc.) abans i després de l'acte.

Els responsables de l'acte organitzaran l'entrada i la sortida de forma escalonada, evitant aglomeracions i mantenint la distància interpersonal d'1,5 metres a la fila d'accés i de sortida. Es recomana citar els assistents en franges de 5-10 minuts per escalonar-ne l'entrada. Si es disposa de dos accessos, establiu un ús diferenciat per a l'entrada i la sortida.

La UIB organitza altres activitats distintes de les esmentades als apartats anteriors, amb una casuística molt variada, com poden ser actes culturals, conferències, seminaris, activitats esportives, etc. En aquests casos, els organitzadors establiran el protocol de seguretat específic per a cada cas, amb el suport del Servei de Prevenció i tenint en compte els criteris bàsics inclosos en aquest document i a la normativa vigent ([Acord del Consell de Govern de 19 de juny pel qual s'aprova el Pla de mesures excepcionals de prevenció, contenció i coordinació per fer front a la crisi sanitària ocasionada per la COVID-19](#), i modificacions posteriors).

10. Gestió dels casos

Si un treballador o alumne presenta símptomes compatibles amb la COVID-19 o si ha de complir un període de quarantena, no pot anar a les instal·lacions de la UIB i ha de seguir el protocol de gestió de casos inclòs al Pla d'actuació de la UIB per a la docència presencial adaptada. Accediu a coronavirus.uib.cat/Alumnes/ o coronavirus.uib.cat/PDI/, on trobareu la informació per a cada cas.