

## BUENAS PRÁCTICAS PARA EVITAR EL CONTAGIO DE COVID-19 EN REPARTIDORES Y TRANSPORTISTAS

### Antes de ir a trabajar:

- Si tienes fiebre o [síntomas](#) que puedan estar asociados a la infección, no acudas al centro de trabajo. Avisa a la empresa y ponte en contacto con tu centro de salud o teléfono de contacto habilitado.
- Si acudes en transporte público, recuerda, siempre que sea posible, guardar las distancias de seguridad (2 metros) con el resto de personas y ponerte una mascarilla.
- Si vas en tu coche, moto o bicicleta, mantén limpias todas las superficies con las que puedas tener contacto.



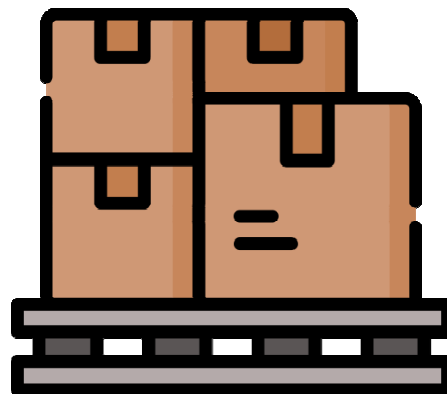
### Al llegar al trabajo:

- Al llegar al centro de trabajo, lávate las manos con agua y jabón o con solución desinfectante.
- Si es posible, ponte el uniforme trabajo y guarda tu ropa y pertenencias en una bolsa de plástico cerrada.
- A la entrada al centro de trabajo, recuerda que debes guardar una distancia de seguridad de dos metros siempre que sea posible. En caso contrario, es recomendable que uses mascarilla cuando la distancia interpersonal sea inferior a dos metros.

### Durante el trabajo:

- Si compartes equipos de trabajo (motos, coches, carretillas etc.) con otros compañeros, recuerda desinfectar todas las zonas comunes (volante, palanca de cambios, freno de mano, manetas, llaves, mandos, pulsadores, etc.) antes de que se produzca el cambio de plantilla. Al finalizar el turno, debes efectuar una limpieza exhaustiva de todos estos elementos y ventilar adecuadamente los espacios.
- En los vehículos, se recomienda que protejas con una funda de plástico desechable el asiento del conductor y que la cambies al finalizar tu jornada.
- Los albaranes, copias de entrega y cualquier otra documentación deberán ser digitales.

- En las entregas a domicilio, siempre que sea posible, evitarás el contacto con el cliente o guardarás la distancia de seguridad de 2 metros. Los paquetes pueden dejarse en el ascensor, en el rellano, o en una zona intermedia pactada con el destinatario.
- Si trabajas como repartidor, deberás llevar contigo solución desinfectante siempre que no puedas lavarte las manos con agua y jabón. Al terminar la entrega, antes de subirte a la cabina, lávate las manos.
- En el almacén o centro logístico, se deben tomar medidas colectivas y/u organizativas que garanticen la separación física interpersonal. En los mostradores, si es posible, se instalarán mamparas. Si no es posible, se evitará que los clientes se apoyen en ellos y se desinfectarán frecuentemente.
- En el almacén, se recomienda poner barreras para evitar que los clientes o trabajadores puedan acceder al interior sin la correspondiente autorización. Es necesario garantizar un aforo en el que se pueda respetar la distancia interpersonal de 2 metros. En caso de que esto no fuera posible, los trabajadores deberían utilizar mascarilla.
- En caso de que deban precintarse o desprecintarse vehículos, se adoptarán las medidas higiénicas adecuadas para evitar contaminar el precinto. El personal del centro logístico que realice estas tareas, deberá lavarse las manos antes y después de llevar a cabo estas tareas.
- Se extremarán las medidas de higiene de las instalaciones. La limpieza se realizará con [productos virucidas adecuados](#). Las superficies donde se debe prestar más atención son las que se tocan con frecuencia: pomos y manecillas de puertas, armarios, ventanas, cajones, barandillas, pasamanos, interruptores, botones, teléfono, mandos a distancia, superficies de las mesas, sillas y otros muebles, grifos de agua, etc.
- Se habilitarán papeleras con pedal y tapa para no tener que levantar la tapa con las manos.



### Al salir del trabajo:

- Si es posible, cámbiate de ropa y pon el uniforme en una bolsa de plástico cerrada.
- Lávate las manos antes de salir del trabajo
- Tanto en el trabajo como fuera de éste, recuerda las siguientes medidas de higiene personal:
  - Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón (al menos de 40 a 60 segundos) o con una solución hidroalcohólica.

