

# Prevengamos el CORONAVIRUS



Realizar frecuentemente la higiene de manos.



Aplicar el protocolo para toser y estornudar.



No te toqués la cara con las manos sucias.



El Instituto Nacional de Seguros como empresa pública, responsable y comprometida con la seguridad de las y los costarricenses, le agradece su compromiso con Costa Rica en estos momentos en que el país nos necesita más que nunca.

En aras de dar continuidad al servicio que brindamos, le informamos que nos encontramos realizando cambios importantes en beneficio de nuestros clientes; con el objetivo de simplificar y facilitar trámites, adaptando nuestros servicios y productos a la necesidad del país para poder acompañarlos durante esta etapa.

Respecto al Seguro de Riesgos del Trabajo le recordamos que cuando se tenga evidencia o sospecha de que un trabajador se haya contagiado del virus COVID-19 debido a factores inherentes o específicos de su trabajo, podrán enviar el Aviso de Accidente y Enfermedad Laboral para la valoración respectiva.

En los centros de trabajo que, por la naturaleza de las ocupaciones que desempeñan los trabajadores, tienen una constante exposición al riesgo, es imperativo extremar las medidas preventivas ya señaladas por el Ministerio de Salud, que contribuyan a la prevención del contagio.

Finalmente, el INS no omite manifestar su apoyo ante cualquier duda o inquietud que puedan tener los ciudadanos ante estos casos y ofrece el correo [consultasrt@ins-cr.com](mailto:consultasrt@ins-cr.com) al cual pueden dirigirlas, con el objetivo de que sean atendidas de forma oportuna.

Atentamente,

Luis Fernando Campos Montes  
Gerente General

# Gestión del Riesgo

En Grupo INS lo invitamos a gestionar responsablemente los riesgos de su empresa, ante la emergencia por el Coronavirus COVID-19.

1. Infórmese por fuentes oficiales y atienda las recomendaciones del Ministerio de Salud y la Comisión Nacional de Emergencias.
2. Hable con sus colaboradores sobre las medidas de prevención y reportes recientes.
3. Identifique los puestos de trabajo con mayor riesgo de exposición, ejemplo:

- Cajeros y vendedores
- Transportistas y mensajeros
- Personal de salud
- Personal de limpieza
- Personal que viaja al extranjero
- Servicio al cliente
- Personal Docente
- Personal de maquila
- Call Center
- Meseros

4. Identifique al personal vulnerable: hipertensos, diabéticos, personas con enfermedades respiratorias crónicas, embarazadas, adultos mayores o mujeres en período de lactancia.
5. Monitoree la disponibilidad de agua y productos básicos de higiene para el lavado de manos y de ser posible, mantenga una reserva de estos.
6. Establezca protocolos rigurosos de limpieza y aumente la frecuencia del aseo en las áreas de uso común y con mayor tránsito de personas.
7. Ante la detección de casos en su organización, establezca protocolos de actuación.
8. Mantenga un registro epidemiológico y estadístico de los casos identificados.
9. Desarrolle mecanismos de inspección y verificación del cumplimiento de las medidas de prevención y seguridad establecidas por la organización y por las autoridades de Salud.
10. Refuerce la estrategia de salud ocupacional que corresponde al tipo de actividad económica de cada empresa.

# Aprenda cómo detectar un caso de coronavirus COVID-19

## Caso sospechoso:



1. Persona con infección respiratoria aguda (fiebre y al menos un signo o síntoma de enfermedad respiratoria por ejemplo tos, dificultad respiratoria, congestión nasal) y que cumpla los siguientes criterios:
  - a. No tener otro caso que explique completamente la presentación clínica del evento.
  - b. Un historial de viajes fuera del país en los 14 días previos al inicio de los síntomas
2. Persona con infección respiratoria aguda grave (IRAG) sin otro caso que explique completamente la presentación clínica.
3. Una persona con enfermedad respiratoria aguda de cualquier grado de severidad, que dentro de los 14 días anteriores al inicio de la enfermedad tuvo contacto físico cercano con un caso confirmado o probable por COVID-19.

## Caso Probable:



Toda persona que cumpla el criterio de caso sospechoso con pruebas diagnósticas para el virus que causa COVID-19 inconclusas o pruebas con resultados positivos en el análisis de pan-coronavirus (pruebas para detección genérica de coronavirus).

## Caso Confirmado:



Corresponde a una persona a quién se la ha confirmado, la infección por el virus que causa la enfermedad COVID-19, indistintamente de los síntomas y signos clínicos.

## Si en su empresa hay un caso de Coronavirus:

- ✓ Verificar que el contagio de coronavirus Covid-19 haya ocurrido debido a factores inherentes o específicos de su trabajo.
- ✓ Enviar el aviso de accidente a través de RT Virtual.
- ✓ El paciente será atendido por el Centro de Salud de la CCSS más cercano.

## ¿Cómo enviar el aviso de accidente o enfermedad del trabajo?

### 1. RT VIRTUAL

Si no tiene RT Virtual lo puede habilitar ingresando a: <https://rtvirtual.ins-cr.com>

### 2. CORREO ELECTRÓNICO: [consultart@ins-cr.com](mailto:consultart@ins-cr.com)

Para este fin se deberán seguir las siguientes pautas:

1. El Patrono investigará el nexo causal entre las labores del trabajador y la forma del contagio del COVID-19.
  2. Elabora el "Aviso de accidente o enfermedad del trabajo"
  3. Si se utiliza un correo personal no asociado a una cuenta oficial del patrono, el aviso de accidente debe contener la firma digital del patrono o representante legal de la empresa.
  4. En adición al aviso de accidente, el patrono deberá indicar el número de cuenta IBAN del trabajador para efecto de pago y depósito de prestaciones económicas.
  5. El trabajador sospechoso o confirmado de contagio de COVID-19 deberá asistir a los centros médicos de la Caja Costarricense del Seguro Social.
  6. Se incluye la guía para confeccionar el aviso de accidente para estos casos.
- Sólo en casos excepcionales puede presentar el aviso de accidente físico en los centros de salud de la Red de Servicios de Salud del INS

## Recomendaciones para completar el aviso de accidente

Una vez investigado el nexo causal, debe llenar el aviso de accidente en caso de que alguno de sus colaboradores presente síntomas del COVID-19.

### Forma de accidente:

- ✓ Exposición /contacto sustancias nocivas o radiaciones.

### Descripción del accidente:

- ✓ Caso con posible sospecha o confirmación de COVID-19

### Actividad laboral que realizaba:

- ✓ Indicar donde estuvo el colaborador ejecutando sus funciones y expuesto al agente contagioso.

### ¿Hace cuánto se dio la exposición al riesgo?

- ✓ Detallar el contacto presentado al agente contagioso.
- ✓ Ocupación y la relación con lo que estaba desempeñando.
- ✓ Síntomas que presenta el colaborador.

### Agente material:

- ✓ Ambientes de trabajo.

### Mecanismo de trauma:

- ✓ Otros (enfermedad).

### Lugar de accidente:

- ✓ Donde se da el contagio.

### Fecha y hora del accidente:

- ✓ Fecha y hora de la presentación del aviso (aplica sólo en estos casos).

### Fecha suspende:

- ✓ Normal

### En el diagrama de lesiones se debe llenar únicamente en la descripción:

- ✓ Caso con sospecha o confirmación de COVID-19.

### En observaciones

- ✓ Colocar la cuenta IBAN del lesionado.

*Recuerde que la boleta de aviso debe venir completamente llena con los datos del colaborador, el patrono y la respectiva firma y sello en caso de hacerla manualmente.*

**Se adjunta instructivo**



## El seguro de Riesgos del Trabajo cubre a colaboradores que laboran desde sus casas

El Seguro de Riesgos del Trabajo del Instituto Nacional de Seguros protege a todos los colaboradores que laboren bajo la modalidad de teletrabajo, siempre y cuando el evento o enfermedad ocurrida sea con ocasión o por consecuencia del trabajo que desempeñan.

En caso de que ocurra un evento, el patrono es el encargado de verificar que el mismo se trata de un riesgo directamente relacionado con la labor que desempeña el colaborador. Luego, debe remitir el aviso de accidente de forma digital a través de la plataforma RT Virtual o de forma física, en caso de ser necesario.

### Consejos para patronos

- Promueva medidas de prevención en sus trabajadores para reducir el riesgo.
- Establezca mecanismos para conocer el inicio y fin de la jornada laboral de sus trabajadores.
- Tome en cuenta que, si tiene colaboradores en teletrabajo, no debe enviar ningún aviso previo al INS.

Si tiene alguna duda, puede escribir al correo [consultasrt@ins-cr.com](mailto:consultasrt@ins-cr.com)



# TIPS PARA EL TELETRABAJO

en cuarentena



## ESTABLECER UN ESPACIO FIJO DE TRABAJO

Acondicione un espacio con los materiales y tecnología que necesita tener a mano y resérvelo como zona exclusiva.



## ESTABLECER UN HORARIO

Para ser efectivo, tiene que tener una actitud de trabajo. Por eso, mantener las rutinas cotidianas es de gran ayuda.



## FIJAR TIEMPOS DE DESCANSO

Conviene que planifique pausas de descanso durante las horas de trabajo previstas. Puede servir de ayuda el método de asignar a cada tarea un bloque de tiempo.



## DEFINIR UN PLAN DIARIO

Puede formular por escrito un listado de 3 objetivos prioritarios y otros 3 secundarios (solo para cuando haya alcanzado los primeros).

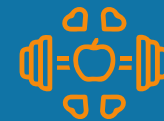


**TELETRABAJARES MÁS QUE QUEDARSE EN CASA Y CUARENTENA NO SON VACACIONES: HAY QUE APRENDER A TRABAJAR A DISTANCIA Y GESTIONAR EL AISLAMIENTO.**



## TOMARSE SU TIEMPO DE CONCENTRACIÓN

Procure despegarse un poco del celular y de las redes sociales para poder concentrarse y encontrar la calma.



## MANTENERSE EN FORMA

Trate de mantenerse activo en casa con alguna rutina que permita despejar su mente y ayude a su salud.



## DIETA INFORMATIVA

Evite sobrexponerse de manera permanente a las informaciones sensacionalistas sobre la crisis.



## APROVECHE LAS REDES PARA AYUDAR

Piense como puede ayudar a otros desde su casa a sus compañeros, colegas y vecinos.

Es momento de estar

*juntos*  
con amor

*juntos*  
con fe

*juntos*  
con solidaridad

*juntos*  
en nuestras casas

*juntos*  
como país

GRUPO |  **INS**

**#JUNTOSPERONOREVUELTOS**