

RECOMENDACIONES DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD SOBRE PREVENCIÓN DEL COVID-19 EN EL LUGAR DE TRABAJO

COVID-19: orientación para el lugar de trabajo

Este documento está basado en documentos publicados por WHO, CDC, ECDC y HSE.

Contents

- 1 Antecedentes y alcance de la orientación
- 2 El nuevo coronavirus, COVID-19
 - 2.1 Información sobre el virus
 - 2.2 Signos y síntomas de COVID-19
 - 2.3 Cómo se propaga COVID-19
 - 2.4 ¿Cuánto tiempo puede sobrevivir el virus
- 3 Cómo ayudar a prevenir la propagación de las infecciones respiratorias, incluyendo el COVID-19
 - 3.1 Preparando su lugar de trabajo en caso de que COVID-19 llegue a su comunidad.
 - 3.2 Prevención de la propagación de la infección
 - 3.3 Limpieza ambiental rutinaria:
 - 3.4 Orientación sobre las mascarillas
- 4 Qué hacer si alguien con sospecha o confirmación de tener COVID-19 ha estado en el lugar de trabajo
 - 4.1 Qué hacer si un empleado o un miembro del público se enferma y cree que ha sido expuesto a COVID-19
 - 4.2 Qué hacer si un miembro del personal o del público con sospecha de COVID-19 ha estado recientemente en su lugar de trabajo
 - 4.3 Cuando las personas en el lugar de trabajo hayan tenido contacto con un caso confirmado de COVID-19
 - 4.4 Limpiar las oficinas y los espacios públicos en los que se sospeche o se confirme la existencia de casos de COVID-19
- 5 Consejos sobre viajes y reuniones
 - 5.1 Regreso de los viajes a las zonas afectadas
 - 5.2 Consejos para el personal que regresa de un viaje a cualquier otro lugar en los últimos 14 días
 - 5.3 Organización de reuniones o eventos
- 6 Información y recursos adicionales
 - 6.1 Certificar la ausencia del trabajo
 - 6.2 Manipulación del correo, los paquetes o los alimentos de las zonas afectadas
- 7 Recursos

Antecedentes y alcance de la orientación

El 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró el brote del coronavirus COVID-19 como pandemia. La Comisión Europea está trabajando junto con la OMS y las autoridades de salud pública de los Estados miembros para contener el brote de COVID-19. En la UE, [European Centre for Disease Prevention and Control](#) (ECDC por sus siglas en inglés) está vigilando de cerca este brote y proporcionando evaluaciones de riesgos para orientar a los Estados miembros de la UE y a la Comisión Europea en sus actividades de respuesta.

Sin embargo, no se puede dar por sentado el éxito a largo plazo. Todos los sectores de nuestra sociedad -incluidas las empresas y los empleadores- deben desempeñar un papel si queremos detener la propagación de esta enfermedad. Esta guía ayudará a los empleadores y a las empresas a asesorar al personal de los centros no sanitarios sobre:

- el nuevo coronavirus, COVID-19
- cómo ayudar a prevenir la propagación de las infecciones respiratorias, incluyendo COVID-19
- qué hacer si alguien con sospecha o confirmación de tener COVID-19 ha estado en el lugar de trabajo
- consejos sobre reuniones
- información adicional y recursos Utilice únicamente la orientación de fuentes acreditadas para determinar el riesgo de COVID-19. No haga determinaciones de riesgo basadas en la raza o el país de origen; asegúrese de mantener la confidencialidad de las personas con COVID-19 confirmado; y tenga en cuenta a las personas que puedan estar en riesgo particular (es decir, los mayores de 60 años, los que tengan una afección subyacente o una enfermedad crónica, o las que estén embarazadas).

El nuevo coronavirus, COVID-19

Información sobre el virus

Como grupo, los coronavirus son comunes en todo el mundo. COVID-19 es una nueva cepa de coronavirus identificada por primera vez en la ciudad de Wuhan, China, en enero de 2020.

Actualmente, se estima que el período de incubación de COVID-19 es de entre 2 y 14 días. Esto significa que, si una persona permanece bien 14 días después del contacto con alguien con coronavirus confirmado, no ha sido infectado.

La información actualizada regularmente sobre COVID-19 está disponible en el [ECDC](#) y en sus autoridades nacionales.

Signos y síntomas de COVID-19

Los siguientes síntomas pueden desarrollarse en los 14 días posteriores a la exposición a alguien que tenga la infección COVID-19:

- tos
- dificultad en la respiración
- fiebre



En general, estas infecciones pueden causar síntomas más graves en personas con sistemas inmunológicos debilitados, personas mayores y aquellos con condiciones a largo plazo como la diabetes, el cáncer y la enfermedad pulmonar crónica.

Cómo se propaga COVID-19

Por lo que sabemos de otros coronavirus, la propagación de COVID-19 es más probable que ocurra cuando hay un contacto cercano (2 metros o menos) con una persona infectada. Es probable que el riesgo aumente cuanto más tiempo se esté en contacto con una persona infectada.

Las gotas producidas cuando una persona infectada tose o estornuda con el virus son el principal medio de transmisión.

Hay dos rutas principales por las que las personas pueden propagar el COVID-19:

- la infección puede propagarse a las personas que están cerca (a menos de 2 metros) de tal manera que las gotitas pueden ser inhaladas y llegar a los pulmones.
- también es posible que alguien se infecte al tocar una superficie, un objeto o la mano de una persona infectada que haya sido contaminada con secreciones respiratorias y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos (por ejemplo, tocar el pomo de una puerta o estrechar la mano y luego tocarse la cara)

En la actualidad hay pocas pruebas de que las personas que no tienen síntomas sean infecciosas para los demás.

¿Cuánto tiempo puede sobrevivir el virus

El tiempo que sobreviva un virus respiratorio dependerá de una serie de factores, por ejemplo:

- de la superficie en la que se encuentre el virus
- si se expone a la luz del sol
- diferencias de temperatura y humedad
- exposición a productos de limpieza

En la mayoría de las circunstancias, es probable que la cantidad de virus infecciosos en cualquier superficie contaminada disminuya considerablemente en un plazo de 72 horas.

Sabemos que virus similares son transferidos a y por las manos de las personas. Por lo tanto, la higiene regular de las manos y la limpieza de las superficies que se tocan con frecuencia ayudará a reducir el riesgo de infección.

Cómo ayudar a prevenir la propagación de las infecciones respiratorias, incluyendo el COVID-19

Preparando su lugar de trabajo en caso de que COVID-19 llegue a su comunidad.



Desarrolle un plan de contingencia y continuidad de negocios para un brote en las comunidades donde opera su empresa.

- El plan ayudará a preparar a su organización para la posibilidad de un brote de COVID-19 en sus lugares de trabajo o en la comunidad. También puede ser válido para otras emergencias de salud.
- El plan debe abordar la forma de mantener su empresa en funcionamiento incluso si un número significativo de empleados, contratistas y proveedores no pueden acudir a su lugar de trabajo - ya sea debido a restricciones locales de viaje o porque están enfermos.
- Informe a sus empleados y a sus representantes, así como a sus contratistas, sobre el plan y asegúrese de que estén al tanto de lo que deben hacer - o no hacer - según dicho plan. Haga hincapié en puntos clave como la importancia de mantenerse alejado del trabajo incluso si sólo tienen síntomas leves o han tenido que tomar una simple medicación (por ejemplo, paracetamol, ibuprofeno) que puede enmascarar el síntoma.
- Asegúrese de que su plan aborda los arreglos de licencia por enfermedad, (ver [#Certificar la ausencia del trabajo](#)) y las consecuencias sociales y de salud mental de un caso de COVID-19 en el lugar de trabajo o en la comunidad y ofrezca información y apoyo.
- En el caso de las pequeñas y medianas empresas que no cuentan con apoyo interno de salud laboral, consulte la información disponible en línea de su servicio de salud laboral, salud pública y autoridades laborales antes de cualquier emergencia. Consulte las orientaciones de sus organizaciones sectoriales (asociaciones de empresarios, cámaras de comercio, servicios sociales sectoriales).

Prevención de la propagación de la infección

Actualmente no hay ninguna vacuna para prevenir el COVID-19. La mejor manera de prevenir la infección es evitar la exposición al virus. Medidas de prevención como las que se describen a continuación deben tomarse ahora, incluso si COVID-19 no ha llegado a su comunidad. Pueden reducir los días de trabajo perdidos debido a la enfermedad y detener o retardar la propagación de COVID-19 si llega. Las medidas deben incluirse en la evaluación de riesgos en el lugar de trabajo que abarca todos los riesgos, incluidos los causados por agentes biológicos, según lo establecido en la legislación de la UE y en la legislación nacional sobre salud y seguridad en el trabajo.

Los empleadores deberían:

- Colocar carteles que fomenten la permanencia en casa cuando estén enfermos, el protocolo para el manejo de la tos y los estornudos, y la higiene de las manos a la entrada del lugar de trabajo y en otras zonas visibles.

- Proporcionar a los empleados pañuelos de papel y cubos de basura forrados con una bolsa de plástico para que puedan ser vaciados sin entrar en contacto con el contenido.
- Instruir a los empleados para que se limpien las manos frecuentemente, usando un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos 60-95% de alcohol, o que se laven las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Proporcionar agua y jabón y desinfectantes para manos a base de alcohol en el lugar de trabajo. Asegurarse de que se mantengan los suministros adecuados. Colocar los desinfectantes de manos en varios lugares y en áreas comunes para fomentar la higiene de las manos.
- Continuar con la limpieza ambiental rutinaria y considerar medidas adicionales como se describe más adelante en este documento.
- Informar a los empleados, contratistas y clientes que, si COVID-19 comienza a propagarse en su comunidad, cualquier persona con una tos leve o una fiebre de bajo grado (37,3 C o más) debe quedarse en casa. También deben quedarse en casa (o trabajar desde casa) si han tenido que tomar medicamentos simples, como paracetamol/acetaminofén, ibuprofeno o aspirina, que pueden enmascarar los síntomas de la infección
- Cualquier empleado que desarrolle síntomas parecidos a los de la gripe (es decir, tos, dificultar respiratoria, fiebre) debe irse a casa inmediatamente y ponerse en contacto con el servicio de salud pública. Si hay alguna razón para sospechar que pueden haber estado en contacto con el COVID-19, entonces sigan las medidas descritas en la sección [#Qué hacer si un empleado o un miembro del público se enferma y cree que ha sido expuesto a COVID-19](#).

Si es factible para su empresa, promueva el teletrabajo en toda su organización y permita a los empleados trabajar con horarios flexibles para minimizar el contacto en el lugar de trabajo. Si hay un brote de COVID-19 en su comunidad, las autoridades sanitarias pueden aconsejar que se eviten el transporte público y los lugares concurridos. El teletrabajo ayudará a su empresa a seguir funcionando mientras sus empleados se mantienen seguros.

Limpieza ambiental rutinaria:

- Limpie rutinariamente todas las superficies que se tocan con frecuencia en el lugar de trabajo, como las puestos de trabajo, los mostradores y los pomos de las puertas. Utilice los agentes de limpieza que se usan habitualmente en estas áreas y siga las instrucciones de la etiqueta.
- No se recomienda ninguna desinfección adicional más allá de la limpieza rutinaria en este momento.
- Proporcione toallitas desechables para que los empleados puedan limpiar las superficies de uso común (por ejemplo, picaportes, teclados, mandos a distancia, escritorios) antes de cada uso.

Orientación sobre las mascarillas

No se recomienda a los empleados el uso de mascarillas (también conocidas como mascarillas quirúrgicas o respiratorias) para protegerse contra el virus. Aparte de los trabajadores de la salud, las mascarillas sólo se recomiendan a los individuos sintomáticos para reducir el riesgo de transmitir la infección a otras personas.

La mejor manera de reducir cualquier riesgo de infección es una buena higiene y evitar el contacto directo o cercano (a menos de 2 metros) con cualquier persona potencialmente infectada. Todo trabajador que trate con miembros del público desde detrás de una pantalla debe estar protegido de las partículas en el aire.

Qué hacer si alguien con sospecha o confirmación de tener COVID-19 ha estado en el lugar de trabajo

Qué hacer si un empleado o un miembro del público se enferma y cree que ha sido expuesto a COVID-19

Siga el consejo de sus autoridades locales de salud pública sobre los criterios de posible exposición a COVID-19 (por ejemplo, las zonas a las que la persona puede haber viajado) para identificar las que pueden haber estado expuestas.

Si alguien enferma en el lugar de trabajo y hay razones para sospechar que puede haber entrado en contacto con COVID-19 (por ejemplo, si ha viajado a China u otros países afectados), la persona enferma debe ser trasladada a un área que esté al menos a 2 metros de distancia de otras personas. De ser posible, busque una habitación o un área en la que se pueda aislar tras una puerta cerrada, como un despacho. Si es posible abrir una ventana, hágalo para ventilar.

La persona que se encuentre mal debe utilizar su teléfono móvil para llamar al número designado del servicio de salud pública. Si se trata de una emergencia (si está gravemente enfermo o herido o si su vida corre peligro), debe llamar al 112 y explicar la situación y la información pertinente, por ejemplo, de qué país ha regresado en los últimos 14 días y exponer sus síntomas actuales.

Mientras espera el consejo del servicio de salud pública o de emergencia designado, la persona afectada debe permanecer al menos a dos metros de otras personas. Debe evitar tocar a las personas, las superficies y los objetos y debe cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude y poner el pañuelo en una bolsa o bolsillo y luego tirar el pañuelo en un contenedor. Si no tienen ningún pañuelo disponible, deben toser y estornudar en el pliegue del codo.

Si necesitan ir al baño mientras esperan la asistencia médica, deben usar un baño separado si fuera posible.

Considere la posibilidad de identificar a las personas que tienen afecciones que las ponen en mayor riesgo de padecer enfermedades graves (por ejemplo, diabetes, enfermedades cardíacas y pulmonares, edad avanzada) y aconsejarles que tomen precauciones adicionales, como quedarse en casa.

Qué hacer si un miembro del personal o del público con sospecha de COVID-19 ha estado recientemente en su lugar de trabajo

Para los contactos de un caso sospechoso en el lugar de trabajo, siga las recomendaciones dadas por sus autoridades nacionales. Los servicios de salud pública designados se pondrán en contacto con el equipo de gestión de la oficina o el lugar de trabajo para examinar el caso, identificar a las personas que han estado en contacto con ellos y asesorar sobre las medidas o precauciones que deben adoptarse.

Los servicios de salud pública designados llevarán a cabo una evaluación de los riesgos de cada situación con el principal responsable en su lugar de trabajo. Ellos asesorarán sobre la forma de gestionar al personal y al público, basándose en su evaluación del riesgo.

Los servicios de salud pública designados también se pondrán en contacto directamente con la persona afectada para asesorarla sobre el aislamiento e identificar otros contactos que haya tenido, y se pondrán en contacto con las personas con las que hayan tenido contacto para proporcionarles el asesoramiento adecuado.

Si se confirma que un empleado tiene COVID-19, los empleadores deben informar a sus compañeros de trabajo de su posible exposición a COVID-19 en el lugar de trabajo, pero manteniendo la confidencialidad.

Los empleados expuestos a un compañero de trabajo con COVID-19 confirmado deben recibir instrucciones sobre lo que deben hacer de acuerdo con las políticas de su empresa y la orientación de las autoridades nacionales.

Los servicios de salud pública designados darán consejos sobre la limpieza de áreas comunes como oficinas o baños (ver [#Limpiar las oficinas y los espacios públicos en los que se sospeche o se confirme la existencia de casos de COVID-19](#)).

Los empleados que se encuentren bien pero que tengan un familiar enfermo en casa con COVID-19 deben notificarlo a su empleador y seguir los consejos de los servicios nacionales de salud sobre cómo evaluar su posible exposición y las medidas a adoptar.

Cuando las personas en el lugar de trabajo hayan tenido contacto con un caso confirmado de COVID-19

Si se identifica un caso confirmado en su lugar de trabajo, los servicios de salud pública designados asesorarán a:

- cualquier empleado que haya estado en contacto cercano, cara a cara o en contacto físico
- cualquiera que haya hablado o a quien le haya tosido por cualquier periodo de tiempo mientras el empleado era sintomático
- cualquiera que haya limpiado cualquier fluido corporal
- amigos cercanos o grupos de trabajo
- cualquier empleado que viva en la misma casa que un caso confirmado

Los contactos no se consideran casos y si se sienten bien, es muy poco probable que hayan propagado la infección a otros:

- se pedirá a las personas que hayan tenido un contacto estrecho que se auto aíslen en su casa durante 14 días a partir de la última vez que tuvieron contacto con el caso confirmado y que sigan los consejos que les den los servicios de salud pública designados.
- si desarrollan nuevos síntomas o sus síntomas existentes empeoran dentro de su período de observación de 14 días, deben llamar a los servicios de salud pública designados para su reevaluación
- si tienen tos, fiebre o falta de aliento se les hará una prueba de COVID-19
- si enferman en cualquier momento dentro de su período de observación de 14 días y dan positivo para COVID-19 se convertirá en un caso confirmado y será tratado por la infección
- el personal que no haya tenido un contacto estrecho con el caso original confirmado no necesita tomar ninguna otra precaución que no sea la de vigilar su salud para detectar síntomas similares a los de la gripe y puede seguir asistiendo al trabajo.

Un caso confirmado de COVID-19 en el lugar de trabajo causará ansiedad entre los compañeros de trabajo y algunos pueden estresarse. Es importante una comunicación clara, dirigiendo a los trabajadores a fuentes de información fiables sobre COVID-19. Los gerentes deben ser comprensivos y de apoyo y, en la medida de lo posible, flexibles en cuanto a los acuerdos laborales.

Limpiar las oficinas y los espacios públicos en los que se sospeche o se confirme la existencia de casos de COVID-19

Los síntomas del Coronavirus son similares a los de una enfermedad similar a la gripe e incluyen tos, fiebre o dificultad respiratoria. Una vez que se presentan los síntomas, se deben limpiar todas las superficies con las que la persona ha estado en contacto, incluyendo:

- todas las superficies y objetos que estén visiblemente contaminados con fluidos corporales
- todas las áreas de alto contacto potencialmente contaminadas como baños, pomos de puertas, teléfonos

No es necesario limpiar y desinfectar especialmente las zonas públicas por las que ha pasado un individuo sintomático y en las que ha pasado un tiempo mínimo (como los pasillos) pero que no están visiblemente contaminadas con fluidos corporales.

Si una persona se enferma en un espacio compartido, éste debe limpiarse con paños desechables y detergentes domésticos, de acuerdo con la legislación y la práctica recomendadas actuales en el lugar de trabajo. Se deben tomar medidas de precaución para proteger a los limpiadores.

Todos los residuos que hayan estado en contacto con la persona, incluidos los pañuelos usados y las mascarillas, si se utilizan, deben colocarse en una bolsa de basura de plástico y atarla cuando esté llena. La bolsa de plástico debe entonces colocarse en una segunda bolsa de basura y atarse. Se debe colocar en un lugar seguro y marcarla para su almacenamiento hasta que se disponga del resultado. Si el resultado es negativo, se puede poner en la basura normal. Si la prueba individual es positiva, las autoridades de salud pública le indicarán qué hacer con los residuos.

Organización de reuniones o eventos

Los organizadores de reuniones y eventos necesitan pensar en el riesgo potencial de COVID-19 porque:

- Existe el riesgo de que las personas que asistan a su reunión o evento puedan traer sin querer el virus COVID-19 a la reunión.
- Otros podrían ser expuestos sin saberlo a COVID-19.

ANTES de la reunión o evento

1. Considere si la reunión o el evento es necesario o si podría posponerse o sustituirse por una tele o videoconferencia. ¿Puede reducirse para que asista menos gente? 2. Compruebe y siga los consejos de las autoridades de la comunidad donde planea celebrar la reunión o el evento. 3. Desarrolle y acuerde un plan de preparación para prevenir la infección en su reunión o evento.

- Asegurar y verificar con antelación los canales de información y comunicación con los principales colaboradores, como las autoridades de salud pública y de atención de la salud.
- Pedir por adelantado suficientes suministros y materiales, incluyendo pañuelos y desinfectante de manos para todos los participantes.
- Vigilar activamente los lugares donde circula COVID-19. 4. Aconsejar a los participantes por adelantado que si tienen algún síntoma o se sienten mal, no deben asistir.

- Asegurarse de que todos los organizadores, participantes, proveedores y visitantes al evento proporcionen los datos de contacto: número de teléfono móvil, correo electrónico y dirección del lugar donde se alojan. Indique claramente que sus datos serán compartidos con las autoridades locales de salud pública si algún participante contrae una presunta enfermedad infecciosa. Si no están de acuerdo con esto, no podrán asistir al evento o reunión.

4. Desarrollar y acordar un plan de respuesta en caso de que alguien en la reunión enferme con síntomas de COVID-19 (véase [#Qué hacer si un miembro del personal o del público con sospecha de COVID-19 ha estado recientemente en su lugar de trabajo](#))

DURANTE la reunión o el evento

1. Proporcione información o instrucciones, preferiblemente de forma oral y escrita, sobre COVID-19 y las medidas que los organizadores están tomando para que este evento sea seguro para los participantes.

- Fomente la confianza. Por ejemplo, como rompehielos, practique formas de saludar sin tocar.
- Fomente el lavado de manos regular o el uso de una solución con alcohol por parte de todos los participantes en la reunión o evento
- Anime a los participantes a que se cubran la cara con la curva del codo o con un pañuelo de papel si tosen o estornudan. Suministre pañuelos de papel y recipientes cerrados para deshacerse de ellos.
- Proporcione los datos de contacto o un número de teléfono de asistencia sanitaria al que los participantes puedan llamar para pedir consejo o dar información.

2. Coloque los dispensadores de desinfectantes de manos a base de alcohol en un lugar visible del lugar de reunión.

3. Si hay espacio, disponga los asientos de manera que los participantes estén separados por lo menos un metro.

4. Abra las ventanas y puertas siempre que sea posible para asegurarse de que el lugar esté bien ventilado.

5. Si alguien comienza a sentirse mal, siga su plan de preparación (véase [#Qué hacer si un miembro del personal o del público con sospecha de COVID-19 ha estado recientemente en su lugar de trabajo](#)).

DESPUÉS de la reunión

1. Conserve los nombres y datos de contacto de todos los participantes durante al menos un mes. Esto ayudará a las autoridades de salud pública a rastrear a las personas que puedan haber estado expuestas a COVID-19 si uno o más participantes enferman poco después del evento. 2. Si alguien en la reunión o evento fue aislado como un caso sospechoso de COVID-19, el organizador debe hacérselo saber a todos los participantes. Se les debe aconsejar que se vigilen los síntomas durante 14 días. Si empiezan a sentirse mal deben quedarse en casa y contactar con la autoridad de salud pública pertinente.

Información y recursos adicionales

Certificar la ausencia del trabajo

En relación con COVID-19, el empleador debería:

- Ser prudente al decidir la necesidad de pruebas médicas en el período de ausencia en el que se aconseja a un empleado que se aisle debido a la sospecha de COVID-19 y seguir el consejo de las autoridades nacionales.
- Asegurarse de que las políticas de licencia por enfermedad sean flexibles y coherentes con las orientaciones de salud pública y que los empleados estén al tanto de estas políticas.
- Hablar con las empresas que proporcionan empleados subcontratados o temporales sobre la importancia de que los empleados enfermos se queden en casa y animarlos a desarrollar políticas de ausencia no punitiva.
- No exigir una nota del proveedor de atención médica a los empleados que estén enfermos con síntomas similares a los de la gripe para validar su enfermedad o para regresar al trabajo, ya que los consultorios de los proveedores de atención médica y las instalaciones médicas pueden estar extremadamente ocupados y no pueden proporcionar dicha documentación de manera oportuna.
- Los empleadores deben mantener políticas flexibles que permitan a los empleados quedarse en casa para cuidar de un familiar enfermo o dependiente, ya que es posible que más empleados de lo habitual tengan que hacerlo.

Manipulación del correo, los paquetes o los alimentos de las zonas afectadas

Los empleados deben continuar siguiendo las evaluaciones de riesgos existentes y los sistemas de trabajo seguros. No se percibe un aumento del riesgo en la manipulación de correo o carga de zonas específicas.

Hola Mariano,

Te he llamado al fijo de la empresa y al movil y no me lo coges. Te quería hacer una pregunta.

Me dijiste que a la gestoría le podríamos hacer alguna consulta, es que me están haciendo algunas preguntas muy concretas desde Marcas y otras asociaciones sobre ertes, laboral, etc. que no tengo muchas veces respuesta porque son temas muy específicos de cosas particulares.

Podría enviarte la preguntas para que las respondieran ellos?