



COVID-19

27 de abril 2020

El coronavirus o COVID-19 es una enfermedad respiratoria transmitida de persona a persona a través de gotitas en el aire que respiran y las superficies que tocan. Las gotas se pueden suspender en el aire durante varias horas y vivir en la superficie durante varios días.

La historia de Franco

Franco estaba trabajando como parte de un equipo de seis personas en una obra de trabajo. Trabajaban muy cerca unos de otros y compartían herramientas. El miércoles, Franco se despertó con poca fiebre. Decidió ir a trabajar de todos modos. Durante el día comenzó a sentirse peor. Su empleador le dijo que se fuera a casa. En los días siguientes, Franco comenzó a tener dificultades para respirar. Llamó a su médico y fue enviado para hacerse una prueba de COVID-19. La prueba dio positivo y su médico le dijo que le avisara a su empleador. Su empleador desinfectó el lugar de trabajo y se contactó con el departamento de salud local para pedirle consejo sobre si debería decirle a los compañeros de trabajo de Franco que se quedaran en casa y vigilaran por síntomas.

- ✘ ¿Qué causó este incidente?
- ✘ ¿Cómo podría haberse prevenido?
- ✘ ¿Ha escuchado o conocido a alguien a quien se le haya diagnosticado COVID-19? Si es así, ¿qué pasó?

Recuerde esto

- No vaya a trabajar si se siente mal, tiene fiebre tos, o le falta el aliento.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- No salude con un apretón de manos.
- Evite las concentraciones o los encuentros de 10 personas o más.

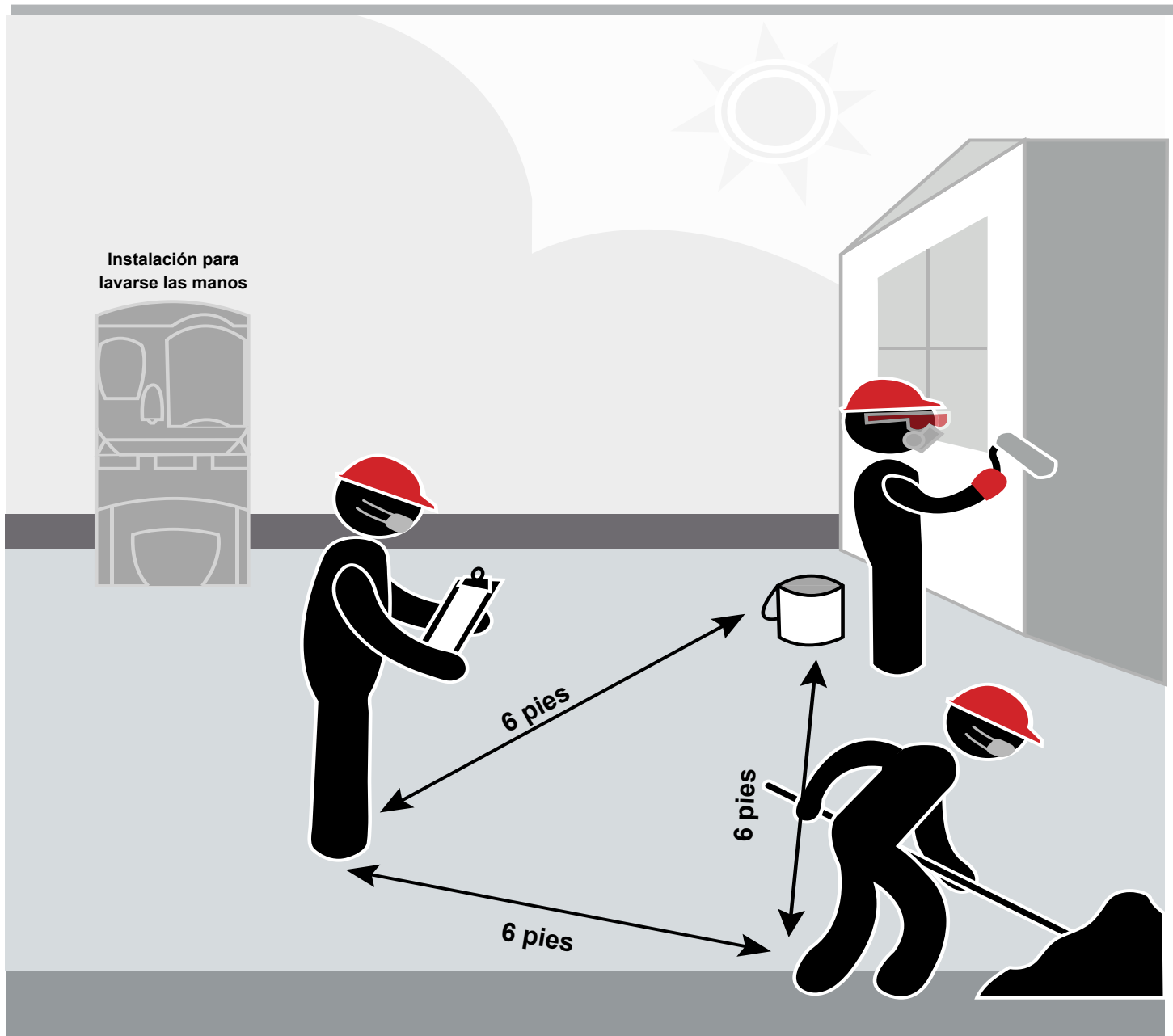
- Manténgase al menos a 6 pies de distancia de los demás en los lugares de trabajo y en las reuniones, encuentros y sesiones de entrenamiento.
- Su empleador debe proveerle un respirador aprobado por la NIOSH como parte de su programa de protección respiratoria si necesita trabajar en áreas estrechas. Cubrebocas de tela no son respiradores y no reemplazan el distanciamiento social. Sin embargo pueden ayudar a prevenir el esparcimiento del virus y debe ser usado cuando es recomendado o requerido por su estado, gobierno local, o su empleador.
- Cúbrase la boca y la nariz con pañuelos de papel si tose o estornuda o cúbrase con su codo.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.
- Lávese las manos con frecuencia:
 - ✓ Con agua y jabón durante al menos 20 segundos o use un gel desinfectante a base de alcohol, con más de 60 % de etanol o 70 % de isopropanol si no hay agua disponible.
 - ✓ Antes y después de ir al baño, antes de comer; y después de toser, estornudar o sonarse la nariz.
- Traiga comida y botellas de agua desde casa al trabajo y no comparta.
- Maneje al trabajo o a zonas de estacionamiento usted solo, sin pasajeros ni autos compartidos.
- Antes de entrar, limpie con desinfectante los interiores y las manijas de las puertas de máquinas o vehículos de construcción.
- Limpie las manijas de los equipos y herramientas que se comparten con desinfectante antes de usar.
- Su empleador debe tener un plan integral de control de exposición y proporcionarle el entrenamiento en el peligro que es COVID-19 y las medidas de control para evitar la exposición al COVID-19 en el trabajo.

¿Cómo podemos estar seguros hoy?

¿Qué haremos en el lugar de trabajo para evitar la exposición al COVID-19?

1. _____

2. _____



- ✘ No salude con un apretón de manos.
- ✘ Manténgase al menos a 6 pies de distancia de los demás trabajadores.
- ✘ Cúbrase la boca y la nariz con pañuelos de papel si tose o estornuda o cúbrase con su codo.
- ✘ Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o use un gel desinfectante a base de alcohol, con más de 60 % de etanol o 70 % de isopropanol si no hay agua disponible.
- ✘ No vaya a trabajar si se siente mal, tiene fiebre tos, o le falta el aliento. Regrese a casa si se siente enfermo.