

Recomendaciones del CPWR sobre la COVID-19

27 de marzo de 2020

Verifique frecuentemente este enlace para ver las actualizaciones de esta información:

<https://www.cpwr.com/covid-19>

En respuesta a las interrogantes en la industria de la construcción con respecto al brote de COVID-19, **los trabajadores deberían tomar de inmediato** las siguientes medidas:

- No vaya a trabajar si se siente mal.
- No vaya a trabajar si tiene fiebre.
- No vaya a trabajar si tiene 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.
- 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. Cuando no pueda lavarse las manos, use un gel antibacteriano a base de alcohol, con más de 60 % de etanol o 70 % de isopropanol. Debería usar agua y jabón si sus manos están visiblemente sucias.
- Lávese las manos con frecuencia, sobre todo 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, así como las manijas de los equipos y herramientas que se comparten. El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (Center for Disease Control and Prevention, CDC) ha emitido algunas recomendaciones de desinfección que puede ver acá:
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>.

Los **empleadores** de la industria de construcción deberían delinear un plan integral de control de exposición a la COVID-19, que incluya medidas de control, verificación de síntomas, distanciamiento social, procedimientos de higiene y descontaminación, y capacitación. La capacitación debería abarcar los peligros y las medidas de control, incluidos el distanciamiento social, las instalaciones para lavarse las manos en el trabajo y la forma en que se desinfectan las superficies de alto contacto. Debería seguirse un plan de control de exposición y las siguientes recomendaciones antes de que se descubra que cualquier trabajador en el lugar de trabajo tiene COVID-19, ya que muchas personas con la enfermedad son asintomáticas y pueden propagarla.

Recomendaciones:

- Designe a un funcionario de COVID-19, específico para cada lugar de trabajo.
- Planifique para que el personal administrativo tenga la capacidad de trabajar desde casa.
- Lleve a cabo una charla de seguridad en todos los lugares de trabajo para explicar las medidas de protección que se aplican a todos los trabajadores. Mantenga el distanciamiento social en todas las reuniones.

- Pida a los trabajadores que identifiquen por sí mismos los síntomas de fiebre, tos o falta de aliento cada día, antes del turno, a mitad de turno y en casa. Si se usa un termómetro en el trabajo, debe ser "sin tocarlo" o "sin contacto".
- Diseñe políticas que alienten a los trabajadores a permanecer en sus casas o a abandonar el lugar de trabajo cuando se sientan enfermos o cuando hayan estado en contacto directo con un caso positivo confirmado. Si alguien regresa a casa, el área donde esa persona trabajó debería desinfectarse de inmediato.
- Cree un espacio de al menos 6 pies entre los trabajadores mediante el escalonamiento de las cuadrillas. Modifique los horarios para escalonar el trabajo, alternar los días de trabajo o añadir turnos para reducir el total de empleados en el lugar de trabajo en un momento dado.
- Los empleados que trabajen cerca o con otras personas en espacios cerrados, como los trabajos en espacios confinados, deben usar un tapaboca, aprobado por el Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH) y certificado como N95 o superior, implementado conforme a un programa completo de protección respiratoria.
- Identifique los puntos de embotellamiento en los que los trabajadores se vean forzados a permanecer juntos, como pasillos, ascensores, áreas de descanso y autobuses, y regúlelos para mantener el distanciamiento social.
- Minimice las interacciones al recoger o entregar equipos o materiales. Organice la colocación de los materiales para minimizar el movimiento en el lugar de trabajo.
- Proporcione jabón y agua corriente siempre que sea posible en todos los lugares de trabajo para el lavado frecuente de las manos. Proporcione gel antibacteriano a base de alcohol con más de 60 % de etanol o 70 % de isopropanol como respaldo solo si es imposible proporcionar agua corriente. Revele las razones por las que no es posible el suministro de agua corriente a los trabajadores. Anime a los trabajadores a abandonar sus puestos de trabajo para lavarse las manos antes y después de ir al baño, antes de comer y después de toser, estornudar o sonarse la nariz.
- Limpie y desinfecte las superficies de alto contacto en los lugares de trabajo y en las oficinas, como herramientas, máquinas, vehículos y otros equipos compartidos, pasamanos, perillas de puertas e inodoros portátiles, con frecuencia y según las pautas del CDC:
 - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>
- Ponga los desinfectantes a disposición de los trabajadores en todo el lugar de trabajo y asegúrese de que los suministros se repongan con frecuencia.
- Si trabaja en centros de salud, entrene a sus trabajadores en la Evaluación de Riesgos de Control de Infecciones (Infection Control Risk Assessment, ICRA). Para obtener información sobre el programa de entrenamiento de la ICRA del CPWR, visite:
 - <https://www.cpwr.com/training/infection-control-risk-assessment-icra>

Directrices especiales para los trabajadores de la tercera edad y las personas con afecciones subyacentes:

- Los adultos mayores y aquellos con afecciones subyacentes como cardiopatías, diabetes y enfermedad pulmonar, además de aquellos con sistemas inmunológicos comprometidos (como el lupus, la artritis reumatoide o la terapia contra el cáncer) corren mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de la COVID-19. El CDC tiene recomendaciones adicionales para estas personas en el siguiente enlace:
 - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/high-risk-complications.html>.

Otros enlaces de nuestros socios del gobierno federal:

- Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA): <https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/>
- Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH): https://www.cdc.gov/niosh/emres/2019_ncov.html
- CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>
- CDC para los empleadores acerca de la preparación de sus negocios: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-business-response.html>

Tenga en cuenta que las personas son vulnerables en estos tiempos de incertidumbre. Si un colega o compañero de trabajo requiere cuidados de salud mental o de uso de sustancias, debe ponerse en contacto con el programa de asistencia a los miembros, con el programa de asistencia a los empleados o con la Red Nacional de Prevención del Suicidio Lifeline: 1-800-273-TALK (8255) <https://suicidepreventionlifeline.org>