

# COVID-19

## 31 de marzo

**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

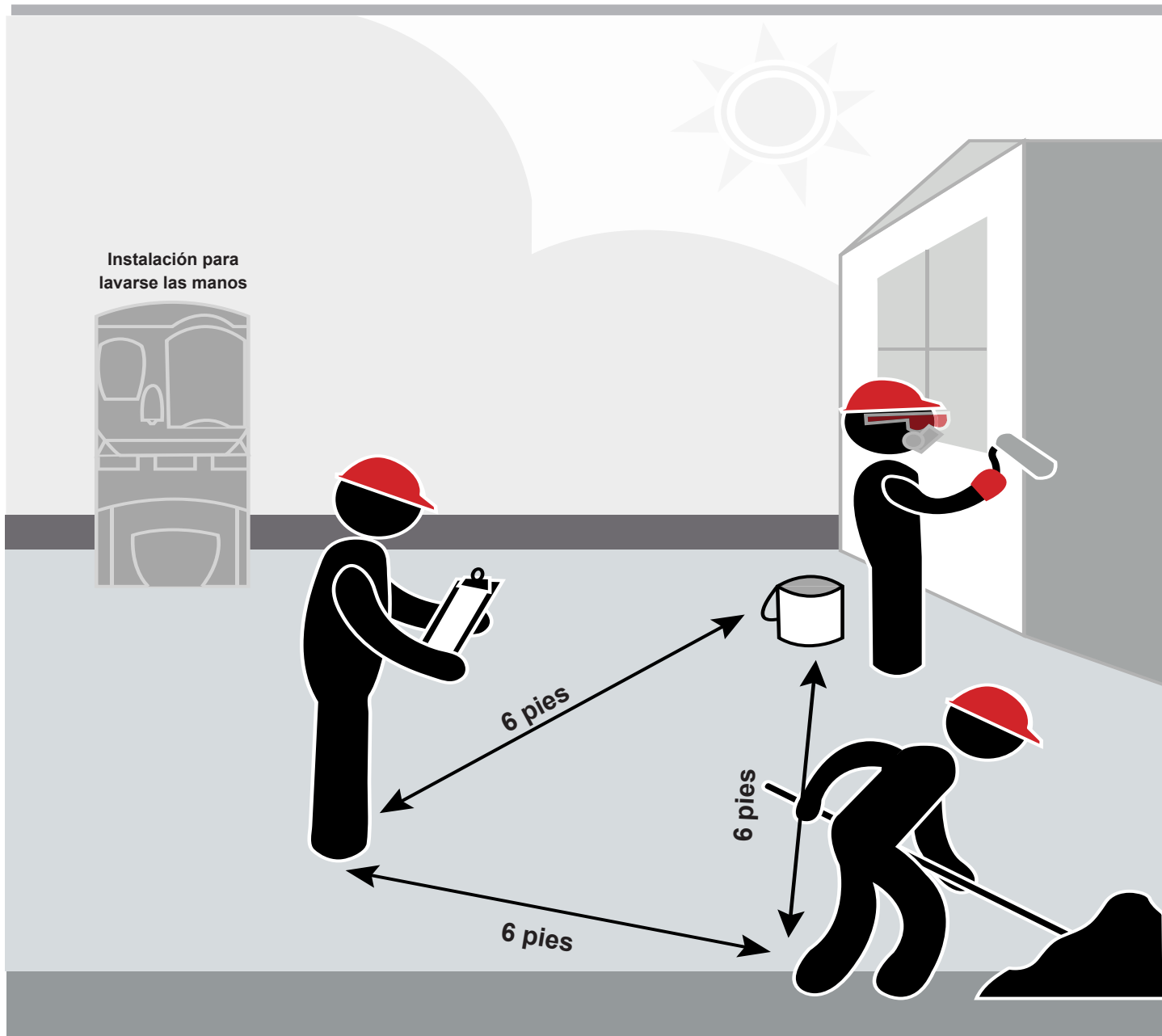
- No vaya a trabajar si se siente mal, tiene fiebre, tos, o le falta el aliento.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- No salude con un apretón de manos.

- 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.
- 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 propocionarle el entrenamiento sobre el peligro que es el 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.