

# Entrenamiento de COVID-19



---

Deje en blanco

# Notas para el supervisor:

---

Preséntese al grupo (de su nombre)

El día de hoy vamos a repasar unos elementos del programa de prevención de COVID-19 de nuestra compañía.

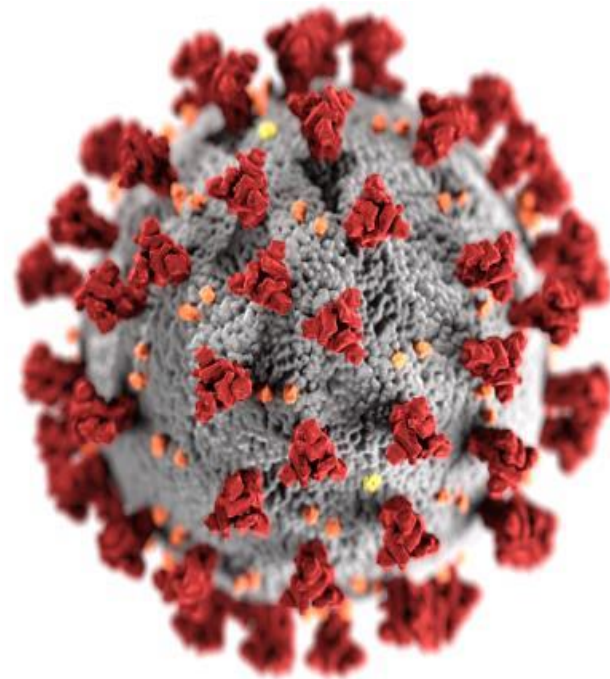
Vamos a incluir lo siguiente:

1. Que es el COVID-19, los síntomas y como se transmite
2. Pasos para mantenerlo seguro en el lugar de trabajo
3. Que hacer si no se siente bien y sospecha que tiene COVID-19
4. Ausencia por enfermedad y otros beneficios
5. Hacerse la prueba de COVID-19
6. Información sobre las vacunas

# 1. SARS-COV2

---

- Tipo - Corona virus, por su forma.
- Causas del COVID-19



# Notas para el supervisor:

---

Vamos a empezar aprendiendo un poco sobre el virus que causo esta pandemia, se llama SARS-COV-2 , y la enfermedad que causa se llama COVID-19.

CO = Corona, el nombre dado por que el virus es redondo con proteínas de pico en la “capa” o corona

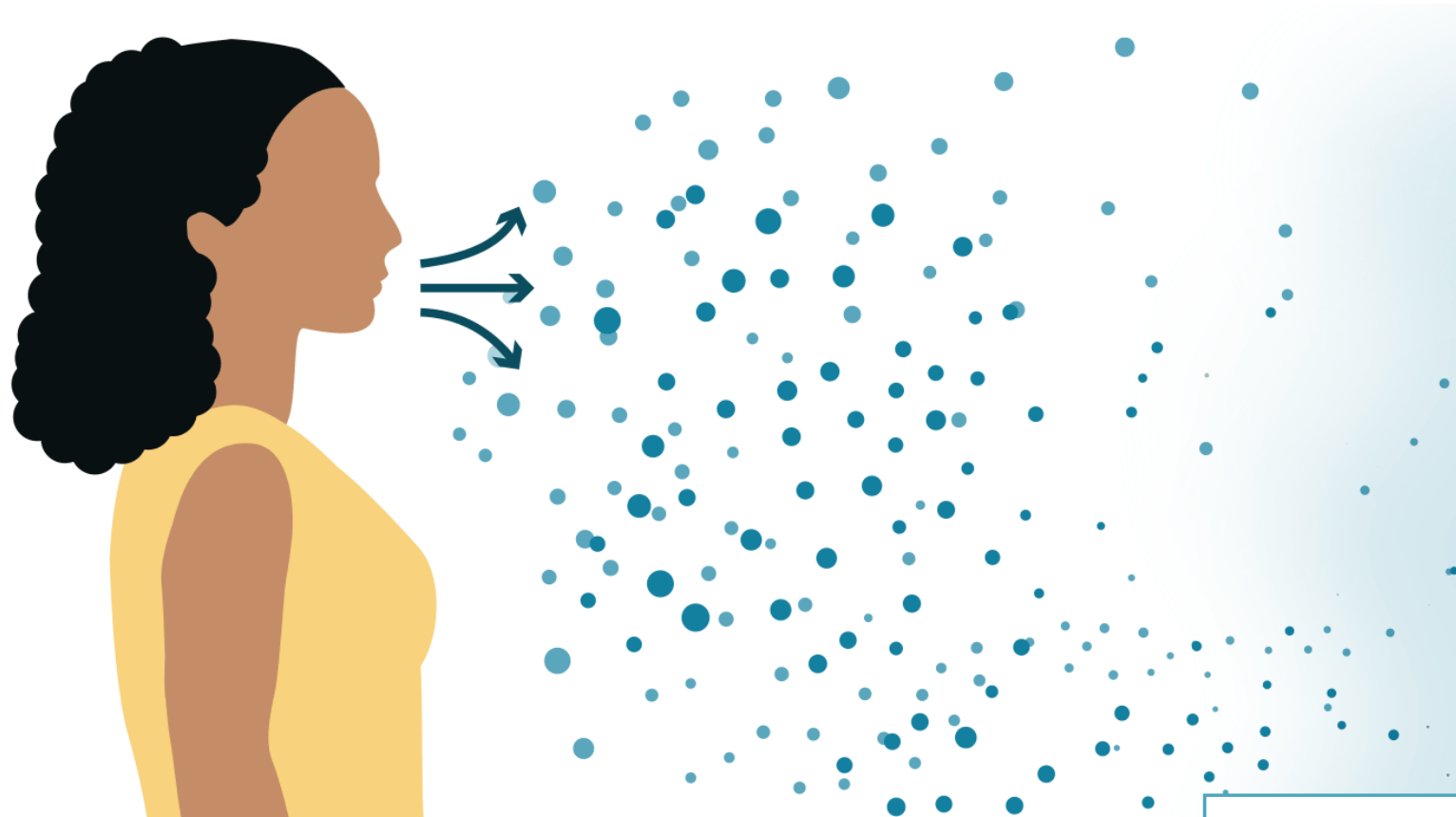
VI = virus

D = enfermedad

19 = el año que el virus se descubrió

# 1. ¿Cómo se transmite?

---



# Notas para el supervisor:

---

COVID-19 es una enfermedad respiratoria infecciosa causada por un virus.

Se transmite principalmente de persona a persona cuando están en contacto cercano.

Se transmite del aire que sale de nuestros pulmones al exhalar, a través de gotitas al hablar, toser, estornudar, o cantar. Por eso necesitamos cubrir nuestra boca y nariz con un cubrebocas, para reducir el número de gotitas que se liberan al aire.

Las gotas grandes caen más cerca a la persona, las gotas más pequeñas pueden viajar en el aire más de 6 pies.

Esta es la otra razón por la cual podemos reducir el riesgo de infección, manteniendo un distanciamiento físico de por lo menos 6 pies.

El virus se transmite cuando una persona lo inhala.

# 1. Síntomas y Señales

---





# Notas para el supervisor:

---

El virus afecta a personas de diferentes maneras, como personas que necesitan ser hospitalizados, a los que no sienten ningún síntoma y a los que se dan cuenta que están infectados cuando se hacen una prueba. Y esta es la otra razón de recordar mantener un distanciamiento sano y usar el cubrebocas cuando salga de su hogar.

Los síntomas comunes del COVID-19 pueden incluir:

- Tos, falta de aliento o dificultad para respirar
- Fiebre o escalofríos
- Dolores musculares o dolor en el cuerpo
- Vomito o diarrea
- Pérdida de gusto o del olfato no experimentada anteriormente

Los síntomas pueden ser leves a graves y aparecen de 2 a 14 días después de la exposición al virus que causa COVID-19.

Si usted siente cualquiera de estos síntomas, hable a su supervisor o representante de la compañía y no venga a trabajar. **(Ponga el nombre y número de teléfono de la persona apropiada para hablar y informar cuando no pueda venir a trabajar)**

## 2. Que debe hacer para mantenerse seguro y parar la transmisión

---



# Notas para el supervisor:

---

Hay algunas cosas que puede hacer inmediatamente para ayudar a parar la transmisión de COVID-19.

1. Lávese las manos a menudo por lo menos 20 segundos. Proporcionamos estación de lavamanos, con jabón y toallas desechables. **(Proporcione ubicación de las estaciones de lavamanos en la compañía)**
2. Si no esta vacunado o vacunada y se le requiere el uso de un cubrebocas asegure mantener un distanciamiento físico de persona a persona de por lo menos 6 pies cuando este comiendo o tomando.

## 2. Que debe hacer para mantenerse seguro y parar la transmisión

---



# Notas para el supervisor:

---

Otra manera de mantenerse seguro y parar la transmisión del COVID-19 es usando un cubrebocas.

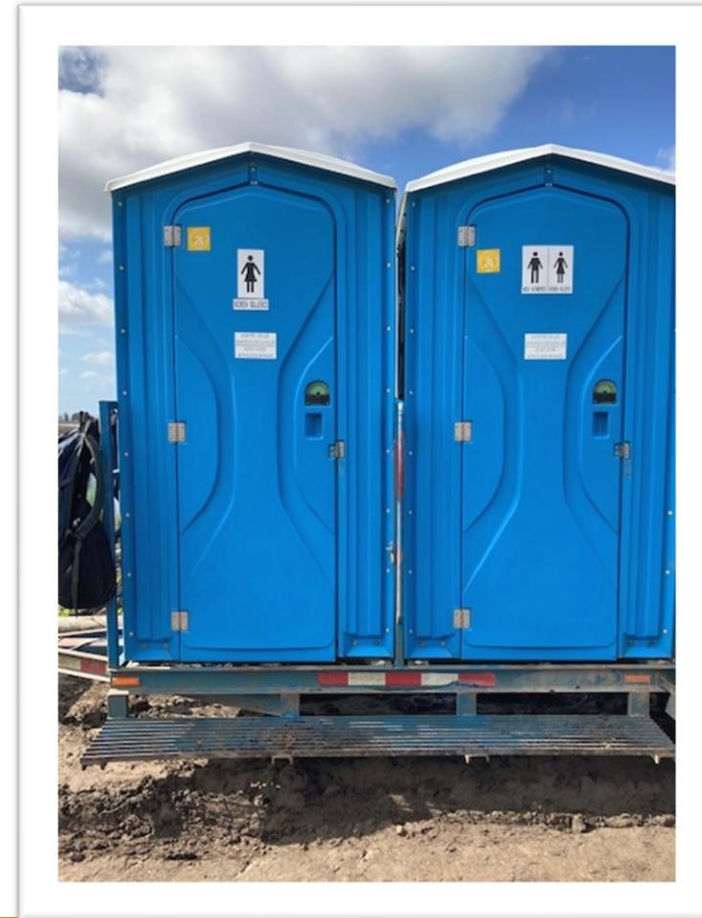
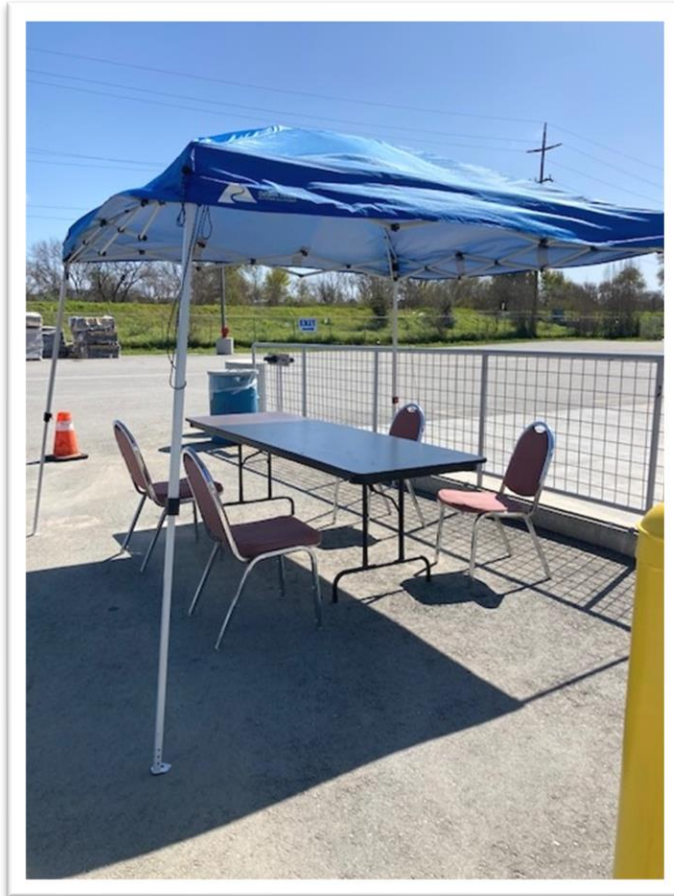
Los cubrebocas deben de cubrir su nariz y boca. La compañía los proporciona para su uso. (Proporcione información de la compañía de los cubrebocas – donde están ubicados o a quien tienen que contactar para recibirlos)

Si no esta vacunado, usted tiene el derecho de pedir un respirador y se le proporcionara de manera adecuada. (Proporcione los detalles de la compañía para pedir el respirador y recibirlo rápidamente y también las instrucciones para su uso)

También vamos a darle instrucciones de como usarlo, como tener un ajuste adecuado para conseguir un sello adecuado y la diferencia entre los cubrebocas y los respiradores: los cubrebocas principalmente protegen a las personas alrededor del usuario. Los respiradores protegen al usuario y a las personas a su alrededor.

## 2. Practicas en el lugar de trabajo para protegerlo y mantenerlo seguro

---



# Notas para el supervisor:

---

Algunas de las cosas que estamos haciendo en el trabajo para protegerlo incluye limpiando y desinfectando superficies que tocan con frecuencia. Estas incluyen:

- sillas y mesas en el área de descanso
- los contenedores de agua
- los artículos del baño, agarraderas, estaciones de lavamanos
- equipo y herramienta compartida

(Añada otros artículos específicos a su lugar de trabajo)

También, distanciamiento físico cuando tomen sus descansos y almuerzo. Evite estar cerca de otros trabajadores.



# 2. Identificación y evaluación de peligros

## Apéndice A: Identificación de los peligros de COVID-19

Todas las personas, independientemente de los síntomas o de los resultados negativos de la prueba de COVID-19, serán consideradas potencialmente infecciosas. Se prestará especial atención a las áreas en las que las personas pueden congregarse o entrar en contacto entre sí, independientemente de que los empleados estén realizando o no una tarea asignada. Por ejemplo: reuniones, puertos de entrada, baños, auditorios, corredores, pasillos, ascensores, áreas de descanso o comedor, áreas para refrescarse, y áreas de espera.

La evaluación de una posible exposición en el lugar de trabajo se hará a todas las personas que se encuentren en el lugar de trabajo o que puedan entrar en él, incluyendo compañeros de trabajo, empleados de otras entidades, miembros del público, clientes o consumidores, y contratistas independientes. Consideraremos la forma en que los empleados y otras personas entran, salen y se desplazan por el lugar de trabajo, además de abordar los lugares de trabajo fijos.

Persona que realiza la evaluación: **[ingrese el nombre (s)]**

Fecha: **[ingrese fecha]**

Nombre(s) del empleado y representante autorizado del empleado que participó: **[ingrese el nombre (s)]**

Interacción, área, actividad, tarea de trabajo, proceso, equipo y material que exponen potencialmente a los empleados a los peligros de COVID-19	Lugares y horarios	Potencial de exposiciones a COVID-19 y empleados afectados, incluyendo miembros del público y empleados de otros empleadores	Controles de prevención de COVID-19 existentes y/o adicionales, incluyendo barreras, paredes divisorias y ventilación



# Notas para el supervisor:

---

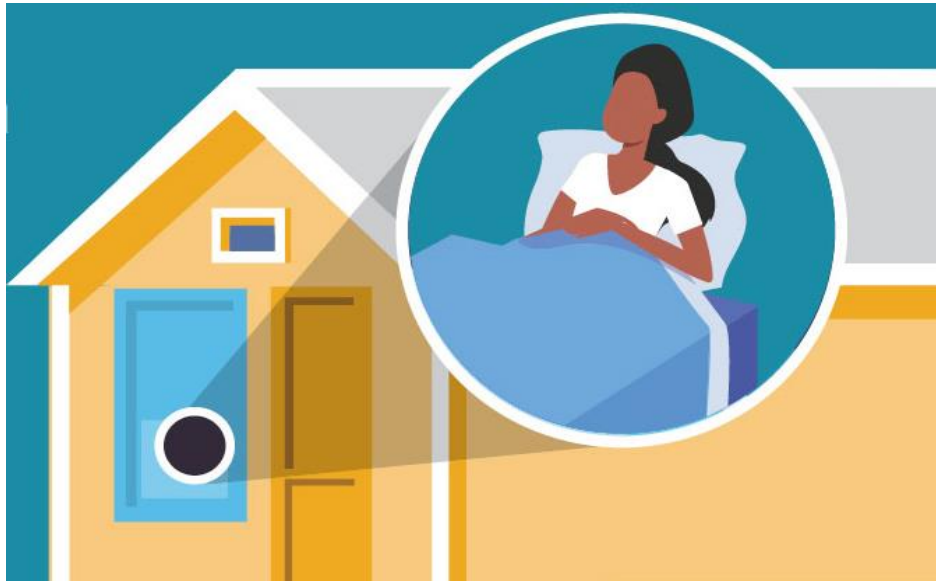
Nuestra compañía es responsable por su seguridad en el lugar de trabajo. Nosotros llevamos acabo inspecciones para identificar peligros (**ponga que tan frecuente**) y ya que los identifiquemos los vamos a corregir.

Queremos animarlos y apoyarlos en ayudarnos a identificar cualquier peligro de COVID-19 que usted vea en el lugar de trabajo.

**(Proporcione información especifica de como pueden los trabajadores reportar los peligros.)**

# 3. No se siente bien y sospecha que tiene COVID-19

---



# Notas para el supervisor:

---

Si no se siente bien y tiene cualquiera de los síntomas que mencionamos anteriormente, puede que tenga COVID-19.

No venga a trabajar, hable a decir que esta enfermo.

Quédese en su hogar y siga las instrucciones de su proveedor médico.

Se le anima a tomarse la prueba de COVID-19. (Proporcione los recursos de su comunidad y/o compañía para hacer la prueba de COVID-19)

La compañía va a investigar cualquier caso de exposición y proporcionar los recursos para hacerse la prueba. (Proporcione el proceso de su compañía)

# 4. Horas de enfermedad pagadas suplementarias de COVID-19

---

**Fechas de vigencia:  
1 de enero, 2021 hasta  
30 de septiembre, 2021**

## **Horas de Enfermedad Pagadas Suplementarias 2021 de COVID-19 en California**

A partir del 29 de marzo, 2021

Los empleados cubiertos en los sectores público o privado que trabajan para empleadores con más de 25 empleados tienen derecho de hasta 80 horas de enfermedad pagada relacionada a COVID-19 desde el 1 de enero 2021 hasta el 30 de septiembre 2021, inmediatamente después de una solicitud oral o escrita a su empleador. Si un empleado tomó el permiso por los motivos indicados a continuación antes del 29 de marzo 2021, deberá solicitar el pago al empleador de forma oral o por escrito.

**Un empleado cubierto puede tomar un permiso si éste no puede trabajar o tele-trabajar por cualquiera de las siguientes razones:**

- **Cuidarse a sí mismo:** El empleado está sujeto a un período de cuarentena o aislamiento relacionado a COVID-19 según lo definido por una orden o pautas del Departamento de Salud Pública de California, Centros federales para el Control y Prevención de Enfermedades, o un oficial de salud local con jurisdicción sobre el lugar de trabajo, ha sido aconsejado por un proveedor de atención médica para la cuarentena, o está experimentando síntomas de COVID-19 y buscando un diagnóstico médico.
- **Cuidado de un Familiar:** El empleado cubierto está cuidando a un miembro de la familia que está sujeto a un período de cuarentena o aislamiento por COVID-19 o que ha sido aconsejado por un proveedor de atención médica para que esté en cuarentena debido a COVID-19, o está cuidando a un niño cuya escuela o lugar de cuidado está cerrado o no está disponible debido a COVID-19 en las instalaciones.
- **Relacionado a la Vacuna:** El empleado cubierto acude a una cita de vacunación o no puede trabajar o tele-trabajar debido a síntomas relacionados con la vacuna.

# Notas para el supervisor:

---

Como somos una compañía con mas de 25 empleados, usted tiene el derecho de hasta 80 horas de enfermedad pagadas por razones relacionadas al COVID-19.

Este permiso de ausencia es para su propia enfermedad o exposición, para vacunas y recuperación, o para cuidado de familia y cuidado de niño cuya escuela/centro de cuidado este cerrado debido al COVID-19.

Si tomo horas de enfermedad por COVID-19 en el 2021 pero no le pagaron, le puede pedir a **(departamento de recursos humanos)** que le pague el tiempo de enfermedad, hasta las 80 horas. Este permiso esta disponible hasta el 30 de septiembre del 2021.

Si ya tomo las 80 horas de ausencia, pero necesita mas tiempo, usted puede usar los tres días de enfermedad protegidos al año. Usted puede usar este permiso si esta enfermo o para citas de medico. También lo puede usar para el cuidado de un miembro de la familia. Este permiso de ausencia esta disponible si ha trabajado para la compañía un mínimo de 90 días. Pregunte **(nombre del representante de la compañía)** por el permiso de ausencia si esta enfermo. Usted puede pedir este permiso de ausencia de manera verbal o por escrito.

## 4. Otros beneficios y ausencias pagadas disponibles

---



# Notas para el supervisor:

---

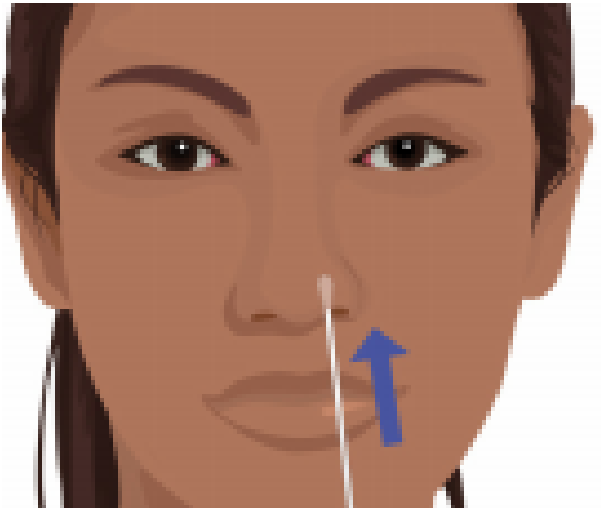
Usted puede ser eligible para otros beneficios de ausencia pagados. Estos pueden incluir:

Compensación al trabajador (si se sospecha que la exposición ocurrió en el trabajo). (Proporcione detalles específicos de la compañía sobre la compensación al trabajador esto incluye formularios y otros detalles)

Otras ausencias por enfermedad también pueden estar disponibles. (Proporcione detalles sobre otras ausencias requeridas por el estado y cualquier otro beneficio proporcionado por su compañía)

# 5. Pruebas del COVID-19

---





# Notas para el supervisor:

---

Es importante hacerse la prueba si no se siente bien y sospecha COVID-19.

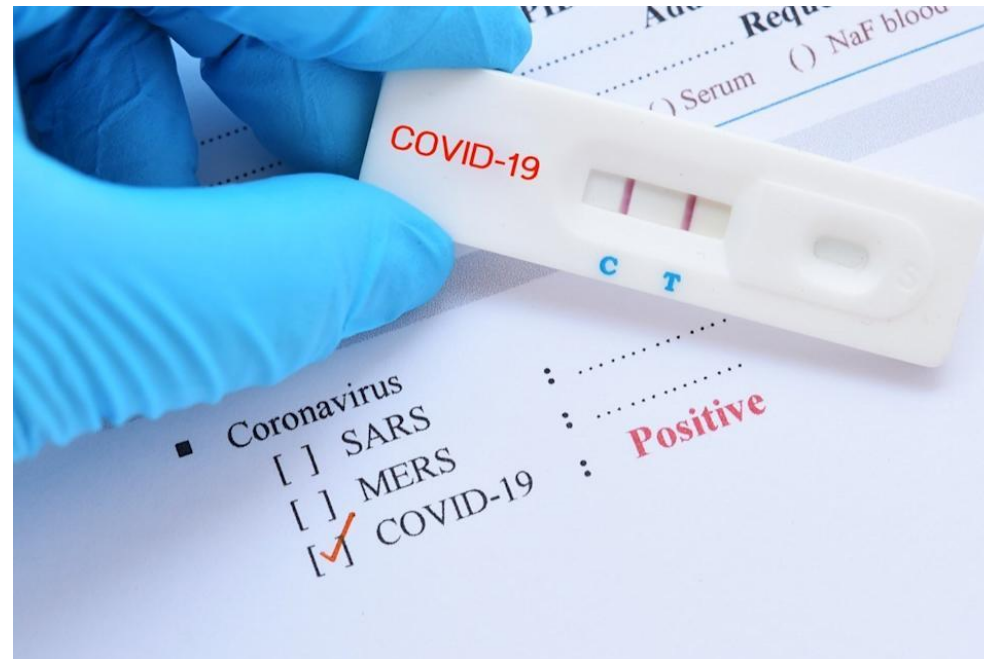
Nuestra compañía tiene información sobre donde se puede ir a hacer la prueba.  
**(Proporcione la información sobre la prueba)**

Es importante que usted comparta con la compañía cuando se empezó a sentir mal, de manera que la compañía pueda empezar una investigación en el lugar de trabajo.

Si se sospecha que la exposición paso en el lugar de trabajo, nuestra compañía tiene una póliza para hacer la prueba. **(Comparta la póliza de la compañía para hacerse la prueba)**

# 5. Resultados de la prueba de COVID-19

---



# Notas para el supervisor:

---

Si la prueba de COVID-19 es positiva, mantenga cuarentena y siga las instrucciones de su proveedor médico, o las instrucciones del departamento de salud.

Si la prueba es negativa, pero usted cree que fue expuesto, mantenga cuarentena y siga las instrucciones de su proveedor médico, o las instrucciones del departamento de salud.

Una vez dado de alta por su proveedor médico, por el departamento de salud o a pasado el tiempo de cuarentena, comuníquese con **(proporcione el nombre y número de teléfono de la persona responsable por el regreso de trabajo del empleado)**.

# 6. Vacunas

---



# Notas para el supervisor:

---

Una manera importante de ayudar a disminuir la transmisión de COVID-19 es por medio de las vacunas.

Las vacunas del COVID-19 son seguras y eficaces.

Puede que sienta síntomas después de haber recibido su vacuna que pueden incluir el brazo adolorido, dolores, fatiga o fiebre por unos días después de haber recibido la vacuna. El hecho de que tengan estas reacciones no significa que la vacuna le ocasiono el COVID-19. Las reacciones son efectos comunes de cualquier vacuna, y quieren significar que las defensas del cuerpo se están activando para protegerlo del virus. Los efectos van a desaparecer después de unos días y no son dañinos.

Aunque este vacunado, siga las instrucciones de los departamentos locales y estatales de salud (para el uso de cubrebocas, de tomar la prueba y otras recomendaciones).

# ¿Preguntas?

---

¡Gracias por su participación!



**UCDAVIS**  
Western Center for  
Agricultural Health and Safety

---

Deje en blanco

# Notas para el supervisor:

---

Pregunte si los empleados tienen alguna pregunta.

Proporcione recursos y materiales si están disponibles para mantener a los empleados seguros, esto puede incluir:

Ubicación y/o copia del Programa de Prevención de COVID-19

Copia de las póliza y beneficios de ausencia por enfermedad

Otra información de vacunas y prevención de COVID-19

*Materiales producidos con el apoyo de Western Center for  
Agricultural Health and Safety con apoyo financiero de Labor  
Workforce Development Agency.*