



TEMA CRÍTICO EN REUNIONES EN EL PORTÓN: CORONAVIRUS (COVID-19)

Las reuniones de seguridad en el portón (Tailgate safety meetings) son mandatorias cada diez días de trabajo, bajo los reglamentos de OSHA California. Dada la importancia de esta amenaza emergente, se recomienda que durante la duración de la pandemia del Coronavirus cada turno de trabajo comience con una corta reunión de portón sobre este tema y haciendo énfasis en todos numerales del artículo cinco.

1. Coronavirus (COVID-19) – ¿Qué es?

- a. Los coronavirus es un grupo de virus que son comunes en animales y humanos. Este nuevo virus que causa COVID-19 es un coronavirus que ha sido descubierto recientemente, no detectado previamente.
- b. La fuente del virus aún no se conoce.

2. ¿Cuáles son los síntomas?

Típicamente, los coronavirus en humanos causan enfermedades respiratorias leves a moderadas. Los síntomas incluyen:

- a. Fiebre
- b. Tos
- c. Falta de aliento
- d. COVID-19 puede causar problemas respiratorios más severos.

3. ¿Como se contagia?

- a. Se piensa que el virus se contagia principalmente persona a persona y entre personas que están en contacto cercano (menos de seis pies ó 1.8 metros).
- b. Contacto personal cercano como tocar, dar un apretón de manos o tocar un objeto que alguien con el virus haya tocado.
- c. Esto ocurre a través de gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda.
- d. Las gotas respiratorias pueden caer en la boca o nariz de las personas que se encuentran alrededor o pueden ser inhaladas en los pulmones.

4. Tratamiento

- a. Actualmente, no existe una vacuna para COVID-19 y no hay un tratamiento específico más allá de los que generalmente se recetan para la gripe y/o resfriado.

5. Si usted se encuentra enfermo (Diagnosticado o no con COVID-19)

- a. **Notifique a su jefe de inmediato.**
- b. Quédese en casa excepto para recibir atención médica – no vaya al trabajo, colegio o áreas públicas.
- c. Utilice una máscara quirúrgica cuando esté cerca de otras personas o cuando este visite a un proveedor de atención médica.
- d. Llame antes de visitar a su doctor.
- e. Limpie todas las superficies de "alto contacto" todos los días con un limpiador desinfectante en aerosol o toallitas desinfectantes.
- f. Evite compartir artículos personales como vasos, cubiertos o tendidos de cama. Lavar estos artículos con agua y jabón después de cada uso.
- g. Busque atención medica si su condición empeora.

6. ¿Quién está en mayor riesgo?

- a. Adultos Mayores (65+)
- b. Individuos cuyo sistema inmune está comprometido.
- c. Individuos que tienen graves condiciones médicas:
 - i. Enfermedades del corazón.
 - ii. Diabetes.
 - iii. Enfermedades de pulmón.

7. ¿Cómo pueden protegerse las personas?

- a. Lavándose las manos con agua y jabón (al menos durante 20 segundos).
- b. Limpiando y desinfectando las superficies de "alto contacto" diariamente. Si las superficies están sucias se deben limpiar con detergente, o jabón, y agua antes de desinfectarlas.
- c. ***CRITICAMENTE IMPORTANTE: NO TOCARSE LOS OJOS, BOCA O NARIZ SIN LAVERSE LAS MANOS.***
- d. Cubriéndose la boca cuando tose o estornuda con un pañuelo o con el codo, luego lavándose bien las manos.
- e. Evitando el contacto cercano con personas que se encuentran enfermas.
- f. Manteniéndose alejado del trabajo, colegio u otras personas si usted se encuentra enfermo(a) con síntomas respiratorios como fiebre o tos.
- g. No compartiendo cubiertos o recipientes para bebidas con nadie.

Para más información consultar:

Departamento de Salud Pública de California

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx>

OSHA California

<https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/Health-Care-General-Industry.html>