

CORONAVIRUS

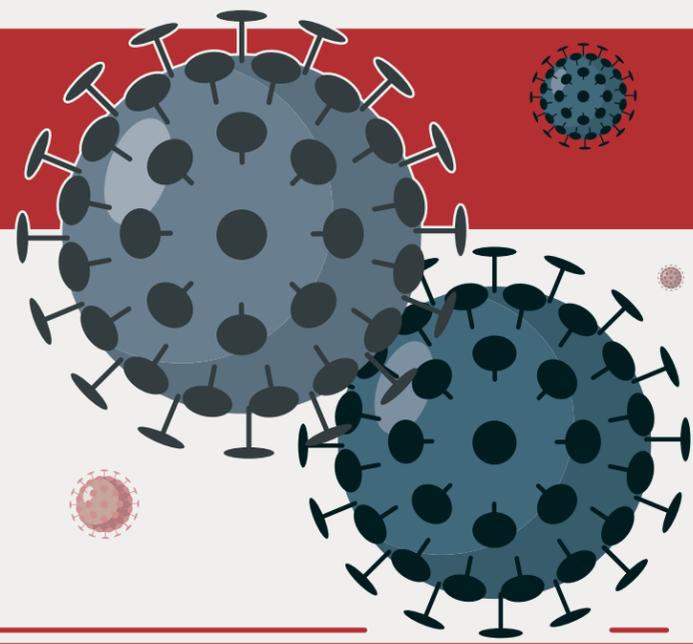
MANTENIENDOSE INFORMADO

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) todavía esta aprendiendo del virus que causa el enfermedad llamado "CORONAVIRUS 2019" (abreviada como "COVID-19").

Se cree que el virus se propaga principalmente por contacto de persona-a-persona:

- Entre personas que están en contacto cerca uno con el otro
- A través de gotas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda

Las enfermedades reportadas han variado desde síntomas leves a enfermedades graves, y hasta produjeron muertes para casos confirmados de la enfermedad CORONAVIRUS 2019 (COVID-19).



LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS PUEDEN APARECER 2-14 DÍAS DESPUÉS DE EXPOSICIÓN:



FIEBRE



TOS



DIFICULTAD PARA RESPIRAR



Higiene de manos buena incluye lavándose los manos con jabón y agua por lo menos para 20 segundos. No estas seguro cuanto duran 20 segundos? Canta la canción "YA QUEREMOS PASTEL" de principio al final dos veces.

PREVINIENDO LA PROPAGACIÓN DE ENFERMEDAD

Usa etiqueta respiratoria y higiene de mano buena para prevenir la propagación de gérmenes:

- Cubre la boca ya la nariz con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude
- Deseche el pañuelo desechable usada en la basura
- Si no tienes un pañuelo desechable, tose o estornude en la manga de su camisa en lugar de las manos
- Recuerde lavarse las manos después de toser o estornudar:
 - Lava con agua y jabón
 - Si no hay agua y jabón disponible, use un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol

PASOS ADICIONALES QUE PUEDE AYUDAR PREVENIR LA PROPAGACIÓN DE CORONAVIRUS INCLUYE:

- Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz, la boca, y la cara.
- Quedarse en casa si está enfermo.
- Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente, usando un producto común de limpieza de uso doméstico en rociador o toallita.
- Lávese los manos con frecuencia, especialmente después de ir al baño, antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser, o estornudar.

SI SE ENFERMAS



Si presentas fiebre y síntomas enfermedades respiratorias, como tos o dificultad de respirar, llama inmediatamente a su proveedor de atención médica.

Para evitar que otros se enfermen, quédese en casa excepto para recibir atención médica. Evite las áreas públicas y el transporte público.



PREVENCIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO

Los CDC han publicado estrategias recomendadas para que las compañías utilicen para ayudar reducir la exposición en el lugar de trabajo a enfermedades respiratorias agudas.

Todas las compañías deben estar preparados a implementar estrategias para proteger a su fuerza de trabajo de COVID-19 manteniendo al mismo tiempo la continuidad de las operaciones.

SE RECOMIENDA QUE LOS TRABAJADORES QUE TIENEN SÍNTOMAS DE ENFERMEDAD RESPIRATORIA AGUDA SE QUEDEN EN CASA Y NO VENGAN A TRABAJAR HASTA QUE ESTÉN LIBRES DE FIEBRE DURANTE AL MENOS 24 HORAS.

Los trabajadores deben notificar a su supervisor y quedarse en casa si están enfermos.

COMPAÑÍAS DEBEN:

- Alentar activamente a los trabajadores enfermos a quedarse en casa
- Separar los trabajadores enfermos y mandar a su casa inmediatamente los que se enferman durante el día de trabajo
- Explorar el potencial de pólizas, como los lugares de trabajo flexibles (por ejemplo, el teletrabajo), y las horas de trabajo flexibles (por ejemplo turnos escalonados)
- Alentar as los trabajadores que pueden teletrabajar a quedarse en casa en lugar de entrar en el lugar de trabajo
- Enfatizar una buena etiqueta respiratoria y una buena higiene de las manos
- Realizar una limpieza ambiental rutinaria
- Aconsejar a los trabajadores que viajan por negocios que sigan los instrucciones de los CDC sobre viajes
- Proporcionar pañuelos desechables y receptáculos de eliminación sin contacto para uso de los trabajadores
- Proporcionar jabón y agua y desinfectantes de mano a base de alcohol en el lugar de trabajo
- Proporcionar toallitas desechables para que los trabajadores puedan limpiar las superficies de uso común antes y después de cada uso

Para obtener más información y actualizaciones, visite el sitio web de los CDC en [HTTPS://CDC.GOV](https://cdc.gov).

Desarrollado por:



En alianza con:

