

# PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LA COVID-19

## ¿Qué es la COVID-19?

- La COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por una nueva cepa de coronavirus.

## Los síntomas de la COVID-19 incluyen los siguientes:

- Fiebre
- Tos
- Dolor de garganta
- Dificultad para respirar
- Escalofríos
- Dolores musculares
- Pérdida reciente del sentido del olfato o del gusto

Algunas personas pueden tener COVID-19 y no presentar síntomas.

## ¿Cómo se propaga la COVID-19, y qué puedo hacer para prevenirla?

El virus que provoca la COVID-19 se propaga de persona a persona mediante gotitas respiratorias producidas al toser o estornudar. También puede propagarse mediante una superficie contaminada, pero ese no es su principal medio de propagación.

Usted puede ayudar a prevenir la propagación de la COVID-19 al:

- Evitar el contacto con las personas enfermas.
- Cubrirse el rostro al toser o estornudar.
- Lavarse las manos con frecuencia.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quedarse en casa cuando esté enfermo.
- Limpiar y desinfectar las superficies de alto contacto con un aerosol para limpieza doméstica.

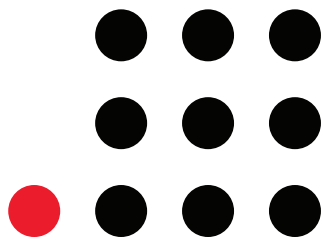
## ¿Quiénes son afectados por la COVID-19?

Personas de todas las edades pueden contraer COVID-19. Las personas jóvenes y sanas pueden no presentar síntomas, o pueden sentir que tienen un simple resfriado.

Los grupos que son más afectados incluyen:

- Personas de 60 años de edad o más
- Personas con enfermedades crónicas, como diabetes, enfermedades cardíacas, enfermedades renales
- Personas con sistemas inmunitarios deprimidos

Estos grupos representan la mayor parte de las muertes relacionadas con el virus.



# LA COVID-19 EN EL LUGAR DE TRABAJO

## ¿Qué efectos tendrá la COVID-19 sobre las compañías?

- Debido a la COVID-19, muchas compañías pueden tener un mayor ausentismo de trabajadores, a causa de enfermedad, de la necesidad de cuidar a familiares enfermos y del cierre de escuelas.
- El virus ha causado muchos cambios en los patrones comerciales, como compradores que salen a horas inusuales para evitar el contacto con el virus.

## Las compañías también podrían encontrar interrupciones en el suministro y las entregas, como por ejemplo:

- Falta de materiales debido al aumento en la demanda de suministros médicos necesarios
- Interrupción de las cadenas de suministro de la compañía debido a la falta de trabajadores

## ¿Qué acciones podemos tomar para proteger a nuestros trabajadores?

Pueden tomarse las siguientes precauciones:

- Promover y ordenar que los empleados enfermos permanezcan en sus casas

Considerar la opción de relajar su política de exigir notas médicas en caso de enfermedad, porque:

- Las solicitudes de notas pueden saturar a las clínicas
- Las visitas a las clínicas pueden afectar los esfuerzos de distanciamiento social

No exigir que los trabajadores se hagan pruebas de COVID-19, debido a:

- Escasez de materiales de prueba
- Una prueba negativa de COVID-19 no garantiza que la persona no tenga una infección por COVID-19

No envíe a personas que hayan viajado a zonas de alto riesgo o que hayan estado en cruceros a hacerse un examen para regresar al trabajo

- Los exámenes para regresar al trabajo no pueden determinar si una persona está o no está infectada con COVID-19
- Envíe a los viajeros a casa para que se mantengan 14 días en cuarentena

## ¿Qué hago si un empleado enfermo llega a trabajar?

Siga estos pasos:

- Envíelo a casa de inmediato
- Indíquele que llame a su proveedor de atención primaria para recibir más instrucciones
- Indique a los compañeros de trabajo que eviten el contacto cercano (estar a menos de seis pies de la persona enferma)

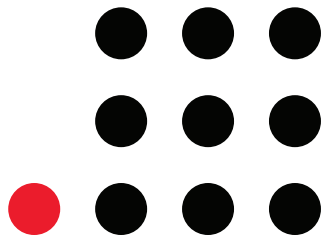
## ¿Qué medidas debemos tomar si un empleado tiene COVID-19?

Manténgalo confidencial. Es una obligación que impone la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA). Informe a los contactos cercanos del empleado enfermo que pueden haber estado cerca de alguien que tenía COVID-19. Envíe a esos empleados al sitio de internet del Departamento de Salud.

## ¿Cuándo puede volver al trabajo un empleado enfermo?

Los empleados enfermos pueden volver al trabajo cuando se cumplan todos los tres criterios siguientes:

- Han pasado por lo menos tres días (72 horas) sin que haya presentado fiebre, sin tomar medicamentos para reducir la fiebre como Tylenol.
- Muestra mejoría en sus síntomas respiratorios (menos tos, menos falta de aire)
- Han pasado al menos 10 días desde que aparecieron sus primeros síntomas



# ¿QUÉ EFECTOS HA TENIDO LA COVID-19 SOBRE LAS REGULACIONES FEDERALES?

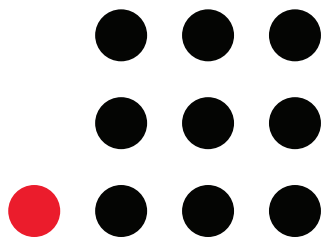
## [Protección de los trabajadores: Orientación para mitigar y prevenir la propagación de COVID-19 en el lugar de trabajo](#)

Objetivo: Esta orientación está diseñada para ayudar a los empleadores a proteger a sus trabajadores que no estén vacunados (incluyendo a las personas que no están completamente vacunadas) o que por otro motivo están en riesgo, como por sufrir inmunodepresión, y también implementa nueva orientación que se refiere a los trabajadores que están completamente vacunados pero que están situados en zonas con transmisión comunitaria sustancial o elevada.

Trabajadores en situación de riesgo: Algunos trastornos, como un trasplante previo o el uso prolongado de corticoesteroides y otros medicamentos que debilitan el sistema inmunitario, pueden afectar la capacidad de los trabajadores para tener una respuesta inmunitaria completa a la vacunación. De acuerdo con la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA), los trabajadores con discapacidades pueden tener el derecho legal a adaptaciones razonables que los protejan del riesgo de contraer COVID-19 si, por ejemplo, no pueden protegerse mediante la vacunación, no pueden vacunarse o no pueden usar cubrebocas. Los empleadores deben considerar tomar medidas para proteger a estos trabajadores en situación de riesgo tal y como lo harían con trabajadores no vacunados, sin importar su estatus de vacunación.

La función de los empleadores:

1. Dar facilidades para que los empleados se vacunen:
  - a. Conceder tiempo libre con sueldo para recibir la vacuna y recuperarse de sus efectos secundarios
  - b. Ofrecer vacunas en el lugar de trabajo a quienes no las tengan
  - c. Considerar la opción de hacer obligatoria la vacunación para los empleados, o de que se sometan a pruebas regulares de COVID-19
2. Indicar a los siguientes empleados que permanezcan en casa:
  - a. todos los trabajadores que estén infectados
  - b. los trabajadores no vacunados que hayan estado en contacto cercano con alguien que recibió un resultado positivo en una prueba de SARS-CoV-2
  - c. todos los trabajadores con síntomas de COVID-19
3. Los empleados expuestos a personas que se sospeche o confirme que tienen COVID-19
  - a. Si están completamente vacunados, pueden permanecer en el trabajo: hacerse una prueba de 3 a 5 días después de la exposición, usar cubrebocas por 14 días o hasta que reciban una prueba negativa
  - b. Si no están completamente vacunados deben salir del trabajo y hacerse una prueba de inmediato, y en caso de que sea negativa deben repetirla de 5 a 7 días después de la exposición o inmediatamente después de que aparezcan síntomas durante la cuarentena; pueden regresar al trabajo si la prueba realizada de 5 a 7 días después de la exposición es negativa
4. Continuar el distanciamiento físico en todos los espacios comunes, en el caso de trabajadores sin vacunar o que tengan otro tipo de riesgo
5. Proporcionar cubrebocas o mascarillas quirúrgicas a los trabajadores no vacunados. En zonas con altos índices de transmisión, se recomienda que las personas completamente vacunadas usen cubrebocas en los espacios comunes en interiores.
6. Mantener los sistemas de ventilación de conformidad con el documento "Ventilación en los edificios" de los CDC
7. Realizar limpieza y desinfección de manera rutinaria
8. Informar y registrar las infecciones y muertes por COVID-19
9. Implementar protecciones contra represalias y ofrecer un proceso anónimo con el que los trabajadores puedan expresar inquietudes sobre peligros relacionados con la COVID-19.



- **Pruebas de detección de drogas** Si un empleado se niega a hacerse una prueba de detección de drogas, es responsabilidad del empleador evaluar las circunstancias y decidir si los actos del trabajador deben considerarse una negativa. El Departamento de Transporte (DOT) recomienda que los empleadores sean sensibles a los trabajadores que no se sientan cómodos visitando una clínica o un centro de toma de muestras debido a preocupación por la COVID-19.
- **Agentes de servicio** El DOT reconoce que los agentes de servicio, como el personal de recolección, mantenimiento, reparación y operaciones, los técnicos de manejo de alcoholímetros y los profesionales del abuso de sustancias podrían no poder obtener los recursos necesarios para satisfacer los requisitos de renovación de sus acreditaciones. En ese caso, el DOT considerará que estos agentes de servicio siguen acreditados, de conformidad con la Parte 40, para seguir prestando servicios mientras esta política esté vigente. [Declaración del DOT de discreción en la aplicación de pruebas de drogas y alcohol por COVID-19 para profesionales del abuso de sustancias y agentes de servicio](#)

### Prueba de ajuste

La Administración de Salud y Seguridad Ocupacional (OSHA) recomienda que los empleadores suministren respiradores a los trabajadores de servicios de salud que brinden atención directa a pacientes que puedan tener COVID-19. Esto incluye respiradores como los siguientes:

- Mascarillas N99 o N100 que contengan una máscara con filtro
- Respiradores motorizados con purificador de aire
- Respiradores elastoméricos reutilizables con filtros o cartuchos apropiados

También se recomienda que los empleados de servicios de salud cambien de un método cuantitativo de prueba de ajuste a un método cualitativo de prueba de ajuste, para preservar la integridad de los respiradores N95. Si hay escasez de N95, consulte al fabricante para que le recomiende mascarillas con un ajuste similar al de mascarillas con prueba de ajuste. [Orientación temporal - Pruebas anuales de ajuste de la protección respiratoria para servicios de salud en mascarillas N95 con filtro durante el brote de COVID-19](#)

[Orientación temporal ampliada sobre pruebas de ajuste respiratorio para mascarillas N95 con filtro en todas las industrias durante la pandemia de enfermedad por coronavirus 2019](#)

Además, la suspensión del requisito de hacer pruebas de ajuste anuales para los trabajadores de servicios de salud se amplía para incluir a todas las industrias.

### Conservación de registros

La OSHA ha publicado una nueva orientación, a partir del 26 de mayo de 2020, que exige que todos los trabajadores registren los casos de COVID-19 que cumplan las siguientes condiciones:

- Confirmados por lo menos con una prueba positiva
- Relacionados con el trabajo
- Que hagan que los empleados busquen tratamiento médico más allá de los primeros auxilios, provocando la pérdida de días de trabajo, restricciones en el trabajo, pérdida de la conciencia o la muerte

Estos nuevos requisitos reemplazan a la orientación anterior que exigía la conservación de registros de los casos para la industria en general.

Emite OSHA orientación que aclara las obligaciones de conservación de registros para casos de COVID-19

<https://www.oshalawblog.com/2020/05/articles/osha-issues-guidance-clarifying-recording-obligations-for-covid-19-cases/>

### Espirometría

Se ha suspendido la espirometría para los exámenes de empleo hasta nuevo aviso.