



## Haga un plan para la prevención de COVID-19 en el lugar de trabajo

El Departamento de Agricultura de Oregon (*Oregon Department of Agriculture, ODA*), la Autoridad de Salud de Oregon (*Oregon Health Authority, OHA*), la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional de Oregon (*Oregon OSHA*) y su autoridad de salud pública local (*Local Public Health Authority, LPHA*) le recomiendan a desarrollar un plan para evitar que COVID-19 ingrese a su lugar de trabajo. Esto debe incluir un plan de respuesta de emergencia sobre cómo responder si un trabajador resulta positivo. El plan debería considerar la designación de un coordinador en el lugar de trabajo que será responsable de la evaluación, implementación y planificación del control de COVID-19. Los coordinadores y la gerencia del lugar de trabajo deben seguir todas las regulaciones federales, estatales y del condado, incluyendo las pautas de las agencias de salud pública. Las evaluaciones del lugar de trabajo para identificar los riesgos de COVID-19 y las estrategias de prevención deben realizarse periódicamente por parte de personal debidamente capacitado.

El propósito de este kit de herramientas es brindarle una guía para desarrollar su plan.

### Paso 1: Proteja a la fuerza laboral actual

#### A. Detección y monitoreo de trabajadores:

La detección de síntomas en los trabajadores es una estrategia opcional que los empleadores pueden usar. Si se implementan procesos de detección para todos los trabajadores, se deben desarrollar políticas y procedimientos. Considere revisar la página web de preguntas frecuentes de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention, CDC*), incluyendo la sección "[¿Deberíamos analizar los síntomas de COVID-19?](#)".

- Incorpore prácticas de distanciamiento físico en un área de preparación que conduzca a las estaciones de monitoreo y detección.
- Designe un monitor de detección o múltiples monitores si es necesario. Proporcione información en varios idiomas, según sea apropiado.
- Tenga en cuenta la privacidad de los trabajadores, el distanciamiento físico y barreras físicas al diseñar las estaciones de detección.
- Proporcione equipo de protección personal (*Personal Protective Equipment, PPE*) adecuado basado en el diseño de la estación de detección para eliminar o minimizar la exposición del monitor al virus.
- Proporcione capacitación sobre el uso de termómetros, el uso apropiado del equipo de protección personal y el protocolo de distanciamiento físico para los monitores.
  - Considere verificar las temperaturas de los trabajadores al comienzo de cada turno. Identifique a cualquier persona con fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más (siga las instrucciones de uso del fabricante del termómetro).
    - Un método es usar un termómetro infrarrojo que no requiere contacto.
    - Si un termómetro toca a un trabajador, implemente una limpieza adecuada entre cada uso siguiendo las recomendaciones del fabricante.

- Pregunte a los trabajadores de manera respetuosa si se sienten enfermos o si han tenido contacto cercano con personas enfermas, específicamente síntomas como:
  - Fiebre
  - Tos
  - Dolor de garganta
  - Dificultad para respirar o falta de aliento
  - Pérdida de sabor u olfato reciente
  - Síntomas comúnmente asociados con enfermedades transmitidas por los alimentos (vómitos, diarrea, dolor de garganta con fiebre, ictericia)
- Si se mantienen registros relacionados con el monitoreo y la detección, se deben considerar la privacidad del trabajador y la [retención de registros](#).
- Desarrollar políticas para excluir del lugar de trabajo a los trabajadores identificados como sintomáticos.
  - Considere la posibilidad de compartir la información de contacto del trabajador sintomático a su [autoridad de salud pública local](#) (en inglés).
  - Proporcione folletos o materiales de capacitación relacionados con los recursos para trabajadores enfermos. Por ejemplo, ausencia por enfermedad, Ley de Ausencia Familiar y Médica (*Family and Medical Leave Act, FMLA*), etc.
  - Incluya procedimientos para que los trabajadores le informen de posible contacto con un caso de coronavirus sospechoso o confirmado.
- Realice capacitación para el personal de supervisión sobre el monitoreo y la notificación de síntomas en el lugar de trabajo.

#### **B. Diriga a los trabajadores enfermos a quedarse en casa:**

- Si están en el trabajo, envíe a los trabajadores enfermos a casa y aliente a los trabajadores enfermos a quedarse en casa. Recomiéndeles que se comuniquen con su proveedor de atención médica para la prueba de diagnóstico del virus.
- Revise las políticas de ausencia por enfermedad para garantizar que los trabajadores no sean penalizados por tomarse tiempo de ausencia por enfermedad debido a COVID-19. Considere dar tiempo de ausencia por enfermedad por avanzado o permitir que los trabajadores se donen tiempo entre sí.
- Implemente un sistema para que los trabajadores alerten a un supervisor de manera oportuna si ellos o un compañero de trabajo están experimentando síntomas de COVID-19.
- Monitoree las ausencias de los trabajadores para observar patrones preocupantes e implementar planes para cubrir tareas esenciales.
- Desarrolle políticas para un plan de respuesta en caso de que la agencia de salud pública local notifique a su contacto de recursos humanos (*Human Resources, HR*) de un trabajador que haya resultado positivo por COVID-19. Es posible que su departamento de recursos humanos deba informar a cualquier persona que haya estado en contacto cercano con el trabajador sobre su posible exposición mientras se mantienen los requisitos de confidencialidad.
- Trabaje con funcionarios de salud estatales, locales, tribales o territoriales para facilitar la identificación de otras personas potencialmente expuestas, como los compañeros de trabajo en una planta.

- Notifique a los compañeros de trabajo que han tenido contacto cercano con un trabajador enfermo con coronavirus, sin identificar al trabajador enfermo.
- La autoridad de salud local, junto con ODA, OHA y la rama de consulta de Oregon OSHA trabajarán con la empresa para garantizar que estén implementando cualquier cierre necesario para la limpieza y desinfección para detener la propagación de COVID-19 entre la fuerza laboral.
- Se deben desarrollar políticas de aislamiento en el hogar y pruebas de diagnóstico para determinar los pasos de regreso al trabajo de trabajadores. Siga las pautas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades u OHA cuando estén disponibles.

### C. Distanciamiento físico:

- Asigne a un oficial de distanciamiento físico con la autoridad adecuada para hacer cumplir las políticas, y considere que acciones disciplinarias pueden ser necesarias.
- Monitoree el distanciamiento físico en las estaciones de trabajo, en áreas comunes, entradas, en el reloj de fichar, en las oficinas de administración, en salas de descanso, en los baños, en estaciones de lavado y sanitización de manos, además de estacionamientos.
  - Escalone los horarios de trabajo para que los trabajadores no se amontonen cuando lleguen y salgan del trabajo.
  - Escalone las horas de descanso y almuerzo para evitar la reunión de grupos de trabajadores en áreas limitadas.
  - Considere agrupar a los trabajadores en equipos para limitar el contacto cruzado entre grupos.
  - Considere mantener registros escritos de las asignaciones de trabajo de los trabajadores para simplificar el seguimiento de contacto entre trabajadores.
  - Considere reorganizar las mesas y sillas en las salas de descanso para cumplir con los requisitos mínimos de distanciamiento físico.
  - Use señalización y marcas en el piso para dirigir el flujo de tráfico de personas para mantener el distanciamiento físico.
  - Considere reorganizar equipos o suministros para reducir la necesidad de recorrer el lugar de trabajo para accederlos.
- Opciones para estaciones de trabajo con proximidad:
  - Desocupe cada tercer estación de trabajo con tareas similares en las líneas de producción para permitir el distanciamiento físico.
    - [Cómo alinear las estaciones de trabajo de fabricación, si es factible](#)
  - Reduzca la velocidad de producción para reducir la cantidad de trabajadores necesarios en la línea. El establecimiento de varios turnos puede permitir producción adicional.
  - Extienda las líneas de producción para que los trabajadores puedan estar más separados.
  - Considere instalar barreras físicas como plexiglás, cortinas de tiras u otras barreras que sean efectivas para detener la propagación de COVID-19.
- Revise la ventilación en las áreas de trabajo para asegurarse de que los ventiladores no soplen directamente de un trabajador a otro, pero mantenga en cuenta los riesgos del calor.
- Limite la entrada de visitantes, contratistas y trabajadores fuera de turno a funciones esenciales solamente. Mantenga un registro de los visitantes e infórmelos sobre los procedimientos de seguridad de coronavirus específicos del sitio de su empresa,

incluyendo el distanciamiento físico, la higiene personal y los requisitos de equipo de protección personal.

- Escalone las órdenes de envío y recepción para reducir la exposición potencial del personal de transporte.
- Fomente el uso de máscaras faciales, incluyendo el distanciamiento físico en los viajes de coche compartidos y durante otras actividades diarias fuera del trabajo.

#### **D. Equipo de protección personal:**

- Eduque a los trabajadores sobre la importancia de usar una [máscara facial](#) además de practicar el distanciamiento físico. Considere implementar una política que requiera su uso en el lugar de trabajo.
- Considere suministrar protectores faciales que cubran los lados de la cara y se extiendan debajo de la barbilla del usuario.
- Los equipos de protección personal reutilizables como protectores faciales, delantales, guantes y gafas de seguridad deben limpiarse y desinfectarse diariamente y almacenarse en un lugar limpio.
  - Siga las etiquetas de desinfectante para asegurarse de que se utiliza la concentración adecuada.
  - El equipo de protección personal no debe llevarse a casa ni compartirse.
  - El equipo de protección personal reutilizable debe limpiarse con agua y jabón antes de desinfectarse entre cada uso.
  - Siga las etiquetas del desinfectante para asegurarse de que se utiliza la concentración adecuada.
  - El equipo de protección personal desinfectado debe protegerse durante el almacenamiento y la distribución.
- Póngase en contacto con su autoridad de salud pública local (consulte la sección de contactos) para obtener ayuda si no puede obtener máscaras faciales a través de sus proveedores habituales.

#### **E. Lavado de manos, desinfectantes y saneamiento:**

- Designe a un trabajador para asegurarse de que los baños y los lavamanos estén siempre abastecidos con agua potable tibia, jabón y toallas de papel.
- Proporcione sanitizantes para manos con al menos 60% de alcohol. Fomente el uso de sanitizante para manos después del lavado de manos.
- Proporcione estaciones suplementarias de sanitización de manos, toallitas, o agua limpia y jabón en recipientes portátiles para facilitar el lavado de manos más frecuente después de manipular objetos tocados por otras personas.
- Proporcione acceso a pañuelos de papel, basureros y bolsas de plástico para la eliminación adecuada de pañuelos usados y otros productos de cuidado personal.

#### **F. Limpieza, saneamiento y desinfección de superficies:**

- Identifique superficies de alto contacto que incluyen, entre otras: manijas de puertas, grifos, manijas de inodoros, interruptores de luz, mostradores, sillas, mesas, áreas de fichar, vehículos, equipos, maquinaria, herramientas y barreras físicas como plexiglás.

- Asigne a trabajadores de saneamiento designados para limpiar y desinfectar continuamente las superficies con mayor frecuencia. Limpie y desinfecte todas las superficies tocadas frecuentemente en el lugar de trabajo al menos dos veces por día.
- Consulte la [lista de ODA de desinfectantes efectivos para las superficies de contacto con alimentos contra COVID-19](#) (en inglés) y siga las instrucciones de la etiqueta con respecto al tiempo de contacto.
- Asegúrese de seguir las instrucciones de la etiqueta cuando las SUPERFICIES DE CONTACTO CON LOS ALIMENTOS sean sanitizadas. Muchos desinfectantes químicos requieren un enjuague de agua o que se limpie la superficie antes de su aplicación a la concentración adecuada.
- En muchos casos, los compuestos de desinfección pueden ser los mismos que los compuestos sanitizantes, pero a una concentración más alta. Desinfectar y sanitizar no son lo mismo. La desinfección se refiere a matar casi el 100% de los gérmenes en las superficies a concentraciones mucho más altas. La sanitización se refiere a reducir el número de gérmenes en una superficie de contacto con alimentos a un nivel que cumpla con los estándares de salud pública.
- Siempre lave y enjuague la suciedad y desechos visibles del equipo antes de desinfectar o sanitizar.
- Asegúrese de que los trabajadores usen el equipo de protección personal apropiado para las tareas laborales.

## **Paso 2: Prepare la fuerza laboral actual**

### **A. Eduque a los trabajadores y supervisores, proporcionando información en varios idiomas según sea necesario:**

- Informe a los trabajadores sobre las medidas que se están tomando para mantenerlos seguros, como cambios para facilitar el distanciamiento físico, la limpieza y la desinfección.
- Colabore con grupos comunitarios locales y sindicatos para comunicar información importante sobre COVID-19 de manera efectiva.
- Comparta información sobre cómo todos pueden contribuir a la prevención de la propagación del coronavirus en el trabajo, incluyendo los pasos que se están tomando en el lugar de trabajo para establecer distanciamiento físico, lavado frecuente de manos y otras precauciones, incluyendo las prácticas de salubridad alimentaria.
- Cuelgue carteles o letreros en los idiomas apropiados de las autoridades de salud (CDC, OSHA, OHA, LPHA) sobre cómo prevenir la transmisión del coronavirus, tales como:
  - Etiqueta respiratoria adecuada, que incluye cubrirse la tos y los estornudos con el codo y no tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos o guantes sin lavar.
    - [Etiqueta de tos y estornudos](#)
  - Lavado de manos apropiado con jabón y agua corriente limpia durante al menos 20 segundos. Use toallas de papel para secarse las manos.
    - [Cuándo y cómo lavarse las manos](#)
    - Lavarse las manos frecuentemente durante todo el día y especialmente al llegar al trabajo, antes de ingresar al área de producción, antes y después de comer o beber o usar tabaco, después de usar el baño, después de usar un teléfono celular, después de toser o estornudar o tocarse la cara, y después de tocar cualquier superficie o herramienta tocada por otras personas.

- Uso apropiado de equipo de protección personal. [Uso de respiradores, mascarillas y cubiertas faciales de tela](#)
- Comunique y refuerce los mensajes y actualizaciones de seguridad mediante el uso frecuente de métodos apropiados para su audiencia. Considere las necesidades lingüísticas y culturales de todos los trabajadores.
  - Hable con los trabajadores sobre los cambios y solicite su opinión sobre otras posibles protecciones que pueden considerarse. Se recomienda la incorporación de este tema en las conversaciones antes de comenzar el turno o conversaciones relacionadas con el kit de herramientas.
  - Brinde a los trabajadores información sobre cómo se puede propagar el coronavirus, los síntomas y las mejores prácticas para minimizar la exposición al virus.
  - Ofrecer educación a los trabajadores sobre cómo minimizar la exposición al COVID-19 cuando no están en el trabajo.
- Enfatique la limpieza, sanitización y desinfección de los artículos personales que se tocan con frecuencia y que no serán limpiados mediante las actividades del personal de saneamiento, como teléfonos celulares y herramientas.

#### **B. Entrenamiento cruzado, procedimientos operativos estandarizados y planes de contingencia:**

- Cree o revise y actualice documentos de procedimientos operativos estandarizados (*Standard Operating Procedures, SOP*), que proporcionan descripciones sencillas, paso a paso, de las tareas necesarias, incluyendo los suministros y las herramientas necesarias. Asegúrese de que estén escritos en lenguaje simplificado.
  - [Video de procedimientos operativos estandarizados \(en inglés\)](#)
- Almacene físicamente los SOP impresos en ubicaciones clave y de acceso fácil.
  - Considere complementar los SOP con videos de tareas o procesos para demostrar claramente los pasos.
- Brinde oportunidades de capacitación cruzada para puestos clave para garantizar el apoyo y cobertura de las tareas críticas.
- Revise y comunique planes para contratar trabajadores sustitutos para suplementar la fuerza laboral regular.

### **Paso 3: Prepárese para una fuerza laboral afectada o reducida**

#### **A. Reclutar y capacitar a nuevos trabajadores de contingencia:**

- Comuníquese con los trabajadores actuales, que conocen el sitio laboral y el tipo de habilidades necesarias, para reclutar trabajadores de contingencia.
- Busque anuncios de trabajo con escuelas secundarias, colegios, universidades y grupos de la industria para alcanzar a aquellos que pueden estar buscando empleo.
- Use las redes sociales y otras herramientas de redes para identificar a trabajadores disponibles.

#### **B. Prepárese para funcionar con una fuerza laboral reducida**

- Anticipe la posibilidad de que no pueda reclutar y entrenar a trabajadores de reemplazo.
- Priorice las tareas más esenciales y los trabajadores críticos que se necesitan para mantener la producción.

- Identifique tareas que podrían considerarse para un horario reducido.
- Prepare una guía para una situación en la que un propietario, gerente o líder clave se enferme o necesita ponerse en cuarentena.
- Prepare a otros trabajadores para asumir responsabilidades de supervisión temporal.
- Identifique herramientas para la comunicación remota.

## Recursos adicionales

- [Guía de vivienda laboral agrícola](#) (Oregon OSHA)
- [Trabajadores y empleadores de fabricación](#) (CDC)
- [Trabajadores y empleadores de procesamiento de carne y aves de corral](#) (CDC)
- [Guía interina para empresas y empleadores en su respuesta a la enfermedad del coronavirus 2019](#) (CDC)
- [Recursos de Coronavirus de la Federación Nacional de Productores de Leche](#) (NMPF.org)
- [Enfermedad por coronavirus de la Administración de Drogas y Alimentos de EE. UU. 2019](#) (FDA)
- [Actualizaciones del COVID-19 de la Autoridad de Salud de Oregon](#) (OHA)
- [COVID-19 y Oregon OSHA](#) (OR-OSHA)
- [Información COVID-19 del Departamento de Agricultura de Oregon](#) (ODA)
- [Protección de denunciantes o represalias con respecto a la seguridad y salud en el lugar de trabajo](#) (Federal OSHA)

## Información de contacto

- [Autoridad de Salud Pública Local](#) (LPHA) (en inglés) - Enfermedades Transmisibles (*Communicable Diseases, CD*) Enfermera o columnas de CD después del horario de atención. Se recomienda encarecidamente que cualquier plan incluya comunicación con su autoridad de salud pública local. Puede haber oportunidades de colaboración disponibles.
  - La autoridad de salud pública local puede tener la capacidad de proporcionar recursos de prueba relacionados con personas sintomáticas o brotes en el lugar de trabajo
  - Recursos de rastreo de contactos para apoyar exposiciones positivas a COVID-19 identificada
  - Acceso a recursos relacionados con el aislamiento en la comunidad.
- [Servicios de consulta de Oregon OSHA](#) (en inglés): educación en relación con las normas de seguridad y salud en el lugar de trabajo, incluyendo las de las órdenes ejecutivas.
- [Departamento de Agricultura de Oregon](#): encuentre un especialista en salubridad alimentaria para recibir educación sobre el mantenimiento de una cadena de suministro de alimentos segura y estable.