



# Guía de Capacitación para Empleadores Agrícolas sobre el COVID-19

Esta guía, en conjunto con el póster de capacitación, le ayudará a proporcionar capacitación acerca del COVID-19 a sus trabajadores. La capacitación está diseñada para cumplir con la Sección 3205, “Prevención del COVID-19,” vigente a partir del 30 de noviembre de 2020. Este documento ha sido actualizado de acuerdo con las revisiones de las Normas Temporales de Emergencia, que entraron en vigencia el 17 de junio de 2021.

## Introducción al COVID-19: Transmisión y Síntomas *(páginas 1 y 2 del póster)*

### Introduzca el tema

**Diga:** California ha realizado cambios a las guías de prevención de COVID-19 y las reglas del lugar de trabajo. En los lugares de trabajo, muchos cambios dependen si los trabajadores están vacunados o no. Hoy vamos a hablar acerca de estos cambios, repasar conceptos básicos de COVID-19 y cómo los protegeremos.

**Diga:** Comencemos con cómo se transmite el COVID-19 y los síntomas comunes.

### Hable de cómo se transmite el COVID-19 *(página 1 del póster)*

**Diga:** COVID-19 es una enfermedad causada por un virus que es muy infeccioso. Recientemente han aparecido nuevas variantes del virus. Estas variantes son más fáciles de transmitir.

**Diga:** El COVID-19 se transmite por el aire cuando una persona infectada con el virus respira, habla, tose o estornuda, porque libera gotitas que contienen el virus que pueden ser respiradas por otros (especialmente quienes se encuentren dentro de 6 pies / 2 metros y quienes no usen un cubrebocas). Algunas de las gotitas caen rápidamente al suelo mientras que otras que son más pequeñas pueden seguir un tiempo en el aire.

**Diga:** Aunque es una forma menos común de infectarse, las gotitas también pueden caer en superficies como mesas, manijas o herramientas. Si tocan una superficie, eviten tocarse la boca, la nariz o los ojos antes de lavarse las manos.

### Hable de los síntomas del COVID-19 y cuándo buscar ayuda médica *(página 2 del póster)*

**Diga:** El COVID-19 es una enfermedad que afecta a la gente diferente. Probablemente han visto cómo algunas personas sufren síntomas graves y otras puede que no tengan ningún síntoma. Estas personas se llaman asintomáticas.

**Diga:** Los síntomas pueden desarrollarse en el plazo de 2–14 días después de haber sido expuestos al virus. Síntomas comunes del COVID-19 incluyen fiebre o escalofríos, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares o en el cuerpo, dolor de cabeza, nueva pérdida del gusto o del olfato, inflamación de garganta, congestión o mucosidad nasal, náuseas o vómitos y diarrea.

**Diga:** Si sospechan que podrían tener COVID-19, es importante contactar a su proveedor médico.

**Diga:** Deben buscar atención médica de emergencia inmediatamente si tienen problemas para respirar, dolor persistente o presión en el pecho, confusión nueva, no poder despertarse o mantenerse despiertos, o labios o cara azulados.

**Diga:** Si desarrollan algún síntoma o dan positivo por COVID-19, avísennos y no vengán al trabajo. Si comienza a desarrollar alguno de estos síntomas en el trabajo, avísele a su supervisor y váyase a casa. También deben llamar a su proveedor médico y mantenerse alejados de otras personas hasta que se hagan la prueba y reciban los resultados.

**Diga:** Es importante recordar que personas de todas las edades y estados de salud pueden contraer COVID-19. Las personas con condiciones médicas preexistentes, como enfermedades cardíacas, diabetes, cáncer, personas con sistemas inmune comprometidos y otras enfermedades crónicas tienen un riesgo más alto de enfermarse gravemente. Otros factores como tener sobrepeso, fumar, tener asma o estar embarazada también pueden aumentar el riesgo. Si le preocupa que pueda tener un mayor riesgo de contraer COVID-19, comuníquese con su supervisor en privado después de esta capacitación y trabajaremos juntos para tomar en cuenta sus necesidades.

## Prevención en el Lugar de Trabajo *(página 3 del póster)*

### Introduzca el tema

**Diga:** El Departamento de Salud Pública de California y Cal/OSHA han ajustado sus recomendaciones y requisitos de salud y seguridad según el estado de vacunación de una persona. Aunque las recomendaciones pueden ser diferentes para quienes han sido vacunados y quienes no, nosotros nos respetaremos mutuamente sin importar la vacunación en nuestro trabajo.

**Diga:** Hablemos más sobre la prevención de COVID-19 y los pasos que estamos tomando para reducir su exposición al virus en el lugar de trabajo.

**Diga:** A pesar de que ninguno de estos métodos de prevención es perfecto por sí mismo, cada método añade una capa de protección, de forma que cuando se usan todos juntos, pueden reducir la transmisión del COVID-19.

### Vacunación

**Diga:** Las vacunas contra el COVID-19 ayudan a desarrollar las defensas de su cuerpo contra el virus, por lo que es más difícil que el virus lo infecte o cause una enfermedad grave o la muerte.

**Diga:** Hay varias vacunas contra el COVID-19 disponibles. Funcionan un poco diferente entre sí, pero todas les “enseñan” al cuerpo cómo defenderse del virus.

**Diga:** Le ayudaremos a encontrar un lugar para vacunarse si aún no está vacunado. Todas las vacunas son gratuitas y no se consideran carga pública.

*[Si está utilizando el estado de vacunación para determinar las políticas de seguridad en el lugar de trabajo, incluya la siguiente oración.]* **Diga:** Como su empleador, podemos pedirle que proporcione documentación de su estado de vacunación, como una tarjeta de vacunación. También podemos requerir que todos los trabajadores se vacunen, pero nunca discriminaremos a aquellos que no puedan recibir la vacuna debido a condiciones médicas o creencias religiosas.

### Lávense las Manos

**Diga:** Lavarse las manos frecuente con agua y jabón durante 20 segundos es una forma sencilla para reducir su exposición.

**Diga:** Recuerden lavarse entre los dedos, las palmas, bajo las uñas y atrás de las manos. El agua y jabón son mejores, pero si no están disponibles, utilicen desinfectante de manos con un mínimo de 60% de alcohol y frótese las manos hasta que estén secas. Si tienen las manos sucias o manchadas, el desinfectante de manos no funcionará, y deben lavarse con agua y jabón para limpiarse las manos correctamente.

**Diga:** Tenemos puestos de lavado de manos y los animamos a utilizarlos durante el trabajo. *[Enumere aquí dónde están ubicados.]* Hemos colocado desinfectantes de manos en las siguientes áreas: *[Enumere aquí dónde están ubicados].*

### Cubre bocas, Respiradores y Equipo de Protección Personal

**Diga:** ¿Recuerdan que hablamos anteriormente cómo el COVID-19 se transmite de persona a persona a través de gotitas respiratorias? Si está adentro, las gotitas pueden permanecer en el aire más tiempo de lo que lo harían cuando está afuera y el viento se las puede llevar. Es por eso que se **requieren** cubrebocas en espacios cerrados y en vehículos para trabajadores no vacunados. No se requieren al aire libre, pero se **recomiendan** para trabajadores no vacunados cuando no se pueden mantener 6 pies / 2 metros de distancia.

**Diga:** Dependiendo de los requisitos de salud del condado local, es posible que las personas vacunadas también deban usar un cubrebocas en espacios cerrados. *[Discuta los mandatos actuales de máscaras en su condado, si corresponde.]*

**Diga:** Los cubrebocas se usan principalmente para evitar que el usuario infecte a otra persona. Debe cubrir **tanto** la nariz **como** la boca y encajar bien a los lados de la cara. Cuando usan correctamente un cubrebocas, sus gotitas

respiratorias quedan bloqueadas por las capas de tela; mientras más capas y más apretado el tejido de tela, menos gotitas escaparán.

**Diga:** Les proporcionaremos cubrebocas limpios. Cualquiera puede solicitar y usar un cubrebocas en el trabajo, sin importar si está vacunado y sin temor a represalias. Recuerden lavar o cambiar su cubrebocas a diario y no compartirlo con otras personas.

**Diga:** Los cubrebocas no se consideran equipo de protección personal (PPE por sus siglas en inglés) y no son tan efectivos como los respiradores como los N95. Evaluaremos la necesidad de PPE para prevenir la exposición a los peligros de COVID-19, como guantes, gafas y protectores faciales, y los proporcionaremos según sea necesario.

**Diga:** Si no está vacunado y está trabajando en espacios cerrados o dentro de un vehículo con otra persona, esta **requerido** usar un cubrebocas, pero tiene derecho a solicitar un respirador, como un N95. Se lo proporcionaremos sin costo y le explicaremos cómo usarlo, almacenarlo y cuándo reemplazarlo. Si necesita un respirador para una tarea específica, tal como aplicar pesticidas o si hay humo incendio forestales, se le proporcionará uno. *[Describe cómo se pueden obtener cubrebocas y respiradores en su lugar de trabajo.]*

**Diga:** Si no puede usar un cubrebocas, hable con su supervisor para analizar las alternativas.

## Distancia Física

**Diga:** Como comentamos, las gotitas pueden viajar por el aire hasta 6 pies / 2 metros o más, por eso si no está vacunado, es importante mantener la distancia de los demás y asegurarse de que los espacios cerrados estén bien ventilados. Esto reduce su riesgo de estar expuesto a las gotitas de otros y exponer a otros a sus gotitas. *[Explique cómo aumentará la ventilación de los espacios cerrados en su lugar de trabajo.]*

**Diga:** Mientras las regulaciones actualizadas de Cal/OSHA eliminan el distanciamiento físico en la mayoría de las situaciones, debe tratar de continuar manteniendo la distancia en el trabajo. Si no está vacunado, debe mantener al menos 6 pies / 2 metros de distancia mientras come y / o bebe durante sus períodos de descanso y comida.

## Políticas y Procedimientos en el Lugar de Trabajo *(página 4 del póster)*

### Plan Escrito

**Diga:** Tenemos un Programa de Prevención del COVID-19 por escrito que describe cómo evitaremos la exposición y responderemos si hay casos de COVID-19 en nuestro lugar de trabajo. Esta capacitación es parte de nuestro plan, como lo son las nuevas políticas que estamos implementando. Si desean revisar el Programa de Prevención, pueden acudir a *[Explique dónde tendrán acceso inmediato al programa por escrito].*

### Evaluación de Riesgos

**Diga:** Evaluamos el lugar de trabajo periódicamente para ver dónde puede haber posibles exposiciones e implementaremos procedimientos para reducir exposición. Los animamos a que nos digan si ven un riesgo de COVID-19 y que sugieran formas para evitar una posible exposición en el trabajo. *[Describe los procedimientos de su lugar de trabajo para reducir la exposición (p. ej. evaluar sistemas de ventilación, aumentar limpieza, traer limpiadores de aire portátiles, etc.).]*

### Detección

**Diga:** Tenemos un proceso de detección de COVID-19 *[Describe su proceso (p. ej. auto detección antes de llegar al trabajo o detección en el lugar de trabajo)].* Si tienen síntomas, no vengán al trabajo; llamen a su supervisor e infórmenle que puede que estén enfermos. Su supervisor le informará sobre los beneficios de permiso por enfermedad que están disponibles para usted.

### Limpieza/Desinfección

**Diga:** Estamos incrementando la limpieza y desinfección de herramientas y equipo tocado frecuente y espacios comunes, como baños, puestos de lavado de manos y áreas de descanso. *[Describe aquí su protocolo de desinfección.]*



## Exposición en el lugar de trabajo, pruebas y beneficios para trabajadores *(página 4)*

**Diga:** Si usted o uno de sus compañeros de trabajo se enferma en el trabajo, estamos obligados a tomar las siguientes medidas.

### Aviso por Escrito

**Diga:** Estamos obligados por ley a mantener privada la información personal de todos—no podemos decirle quién fue infectado. Solo podemos darle la información a los oficiales de salud pública según sea necesario, no al gobierno federal o compañeros de trabajo.

**Diga:** Si han estado expuestos a alguien con COVID-19 en el trabajo, les avisaremos por escrito dentro de un día laboral desde que tuvimos conocimiento de su posible exposición.

**Diga:** Si tienen COVID-19, tienen síntomas del COVID-19, o han estado expuestos a alguien en el trabajo, puede que se les excluya del lugar de trabajo (es decir, pedirles que se queden en casa) durante 10 días. Se le pagará su salario regular si le pedimos que se quede en casa.

No será excluido del trabajo si se cumple una de las siguientes condiciones:

- Está completamente vacunado y no tiene síntomas.
- Tenía COVID-19 y desarrolló síntomas, pero ha permanecido libre de síntomas durante al menos 90 días.
- Tenía COVID-19, nunca desarrolló síntomas (fue asintomático) y han pasado al menos 90 días desde su primera prueba positiva.

### Pruebas

**Diga:** Ofreceremos pruebas del COVID-19 sin costo para ustedes, y se les compensará por su tiempo y gastos de viaje, si:

- No está vacunado **y** tiene síntomas de COVID-19.
- No está vacunado **y** estuvo expuesto al COVID-19 en el trabajo.
- Está vacunado, estuvo expuesto al COVID-19 en el trabajo **y** presenta síntomas.

*[Describe su programa de pruebas basado en el lugar de trabajo, departamento de salud local o pruebas comunitarias.]*

**Diga:** Si su resultado es positivo, asegúrense de informar a *[Nombre del empleador o persona responsable de manejar casos positivos]* inmediatamente.

### Beneficios en el Trabajo

**Diga:** Puede que haya beneficios relacionados con el COVID-19 disponibles si están impactados por COVID-19 y deben aislarse. Podemos darles información sobre estos beneficios, incluyendo federales, estatales, y los beneficios de lugar de trabajo y políticas de nuestra compañía. Los beneficios que puede que estén disponibles para ustedes incluyen: permiso por enfermedad pagado, permiso familiar, compensación de los trabajadores, seguro de desempleo y seguro de incapacidad.

**Diga:** Para más información sobre sus beneficios, hablen con *[nombre y número de teléfono de contacto de recursos humanos en su compañía]*.

*Created with support from the WCAHS COVID-19 Statewide Agriculture and Farmworker Education (SAFE) program funded by the California Labor and Workforce Development Agency (LWDA).*



## Registro de Trabajadores para la Capacitación sobre COVID-19

Recuerda: Mantener los grupos pequeños, con 6 pies / 2 metros entre los trabajadores.

**Nombre de la Compañía:** \_\_\_\_\_

**Nombre e Información de Contacto del Capacitador:** \_\_\_\_\_

### Materiales usados durante la capacitación y la información que se cubrió:

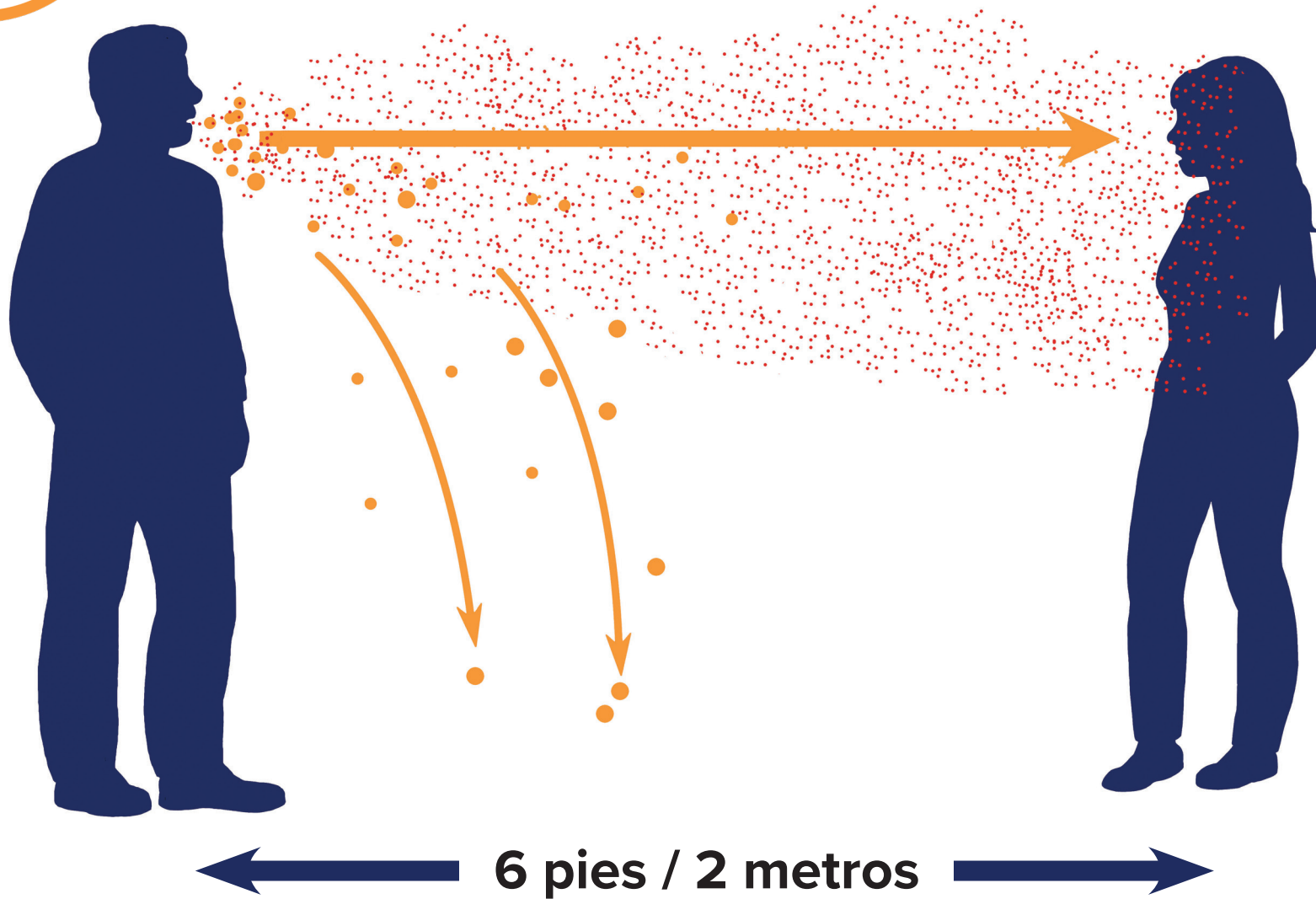
- Guía de capacitación para Empleadores Agrícolas de WCAHS
- Definición de COVID-19, como se transmite, síntomas; prevención, políticas, procedimientos; exposición, pruebas y beneficios para los trabajadores

**Lugar:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_\_\_

Nombre Impreso	Firma



# ¿Cómo se transmite el COVID-19?





# Síntomas del COVID-19



fiebre o escalofríos



tos



falta de aire o dificultad para respirar



fatiga



dolores musculares y corporales



dolor de cabeza



pérdida reciente del olfato o el gusto



dolor de garganta



congestión o moqueo



náuseas o vómitos



diarrea



dificultad para respirar grave



dolor o presión persistente en el pecho



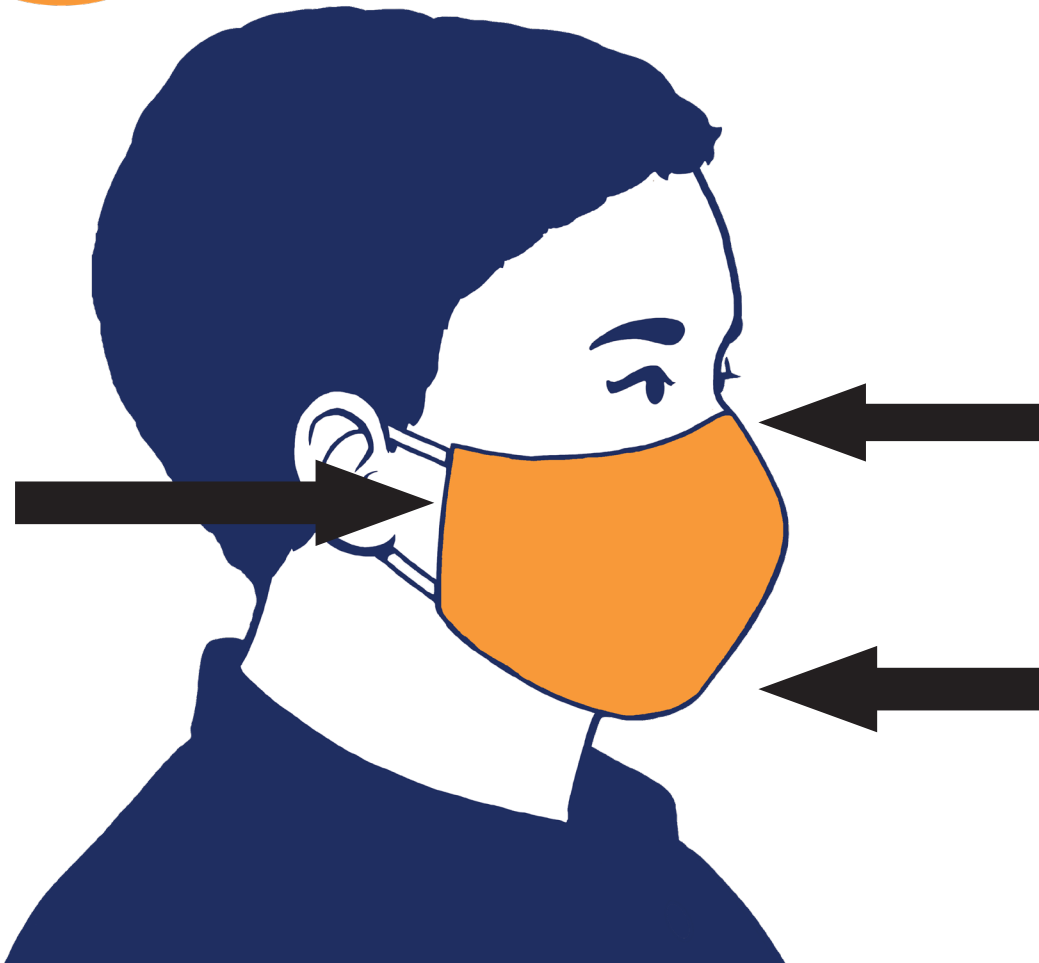
confusión o incapacidad de despertarse o permanecer despierto



labios o cara azulados



# Prevención General



**use un cubreboca**



**mantenga la distancia**



**lávese las manos**





# Prevención en el Trabajo



**aviso escrito**



**la prueba**



**evaluación  
de riesgos**



**beneficios**