



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 (ETS por sus siglas en inglés), que entraron en vigencia el 6 de mayo del 2022.

Tenga en cuenta que la guía del Departamento de Salud Pública de California (CDPH, por sus siglas en inglés) puede anteponer elementos a la ETS (por ejemplo, exigir cubrebocas, aislamiento y protocolos de cuarentena si son más breves que los requisitos del ETS), así que asegúrese de consultar las actualizaciones más recientes y revisar la ETS en su totalidad antes de proporcionar esta capacitación.

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 a las reglas del lugar de trabajo. 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 pueden transmitirse más fácilmente.

Diga: El COVID-19 se transmite por el aire cuando una persona infectada con el virus respira, habla, tose o estornuda, porque al hacerlo libera gotitas que contienen el virus que pueden ser respiradas por otros (especialmente en interiores con ventilación inadecuada y entre personas que se encuentran a menos de 6 pies/2 metros y que no usen un cubrebocas). Algunas de las gotitas caen rápidamente al suelo mientras que otras que son más pequeñas y pueden seguir un tiempo en el aire. Si está en interiores, las gotitas pueden permanecer en el aire más tiempo de lo que lo harían si está afuera y el viento se las mueve.

Diga: Aunque es una forma menos común de infectarse, las gotitas también pueden caer en superficies como mesas, manijas o herramientas. Si usted ha tocado una superficie, evite 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 de manera diferente a las personas. Probablemente han visto cómo algunas personas sufren síntomas graves y otras puede que no tengan ningún síntoma. A las personas sin síntomas se les llama 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 moqueo abundante por la nariz, 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, dificultad para despertarse o mantenerse despiertos, o labios o cara azulados.

Diga: Si desarrollan algún síntoma o dan positivo por COVID-19, avisenos 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: 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 le “enseñan” al cuerpo cómo defenderse del virus.

Diga: Ninguna de las vacunas contiene el virus que causa el COVID-19. Todas las vacunas son seguras y efectivas para prevenir la transmisión de COVID-19 y reducen en gran medida sus posibilidades de enfermarse gravemente o morir a causa del COVID-19.

Diga: Si aún no está vacunado, le ayudaremos a encontrar un lugar para vacunarse *[proveer información sobre cómo acceder a la vacunación contra el COVID-19, por ejemplo, proporcione el sitio web [MyTurn.ca.gov](https://www.myturn.ca.gov)]*. Todas las vacunas son gratuitas y no se consideran carga pública.

Lávense las Manos

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

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 isopropílico (no alcohol metílico, que es tóxico) 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 estaciones para el 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: Dependiendo de los requisitos de salud de nuestro condado, es posible que le pidamos que use cubrebocas. *[Discuta los mandatos actuales de máscaras en su condado, si corresponde.]*

Diga: Los cubrebocas hechos de tela se usan principalmente para evitar que el usuario infecte a otra persona. Debe cubrir **tanto** la nariz **como** la boca y ajustar bien a los lados de la cara. Cuando usan correctamente un cubrebocas, sus gotitas de la respiración quedan detenidas en las capas de tela; mientras más capas y más apretado el tejido de tela, menos gotitas escaparán.

Diga: Los cubrebocas hechos de tela no se consideran equipo de protección personal (PPE por sus siglas en inglés) y no son tan efectivos como los respiradores N95. Los respiradores detienen las gotitas que están en el aire, protegiendo a la persona que los usa. Evaluaremos la necesidad de PPE para prevenir la exposición a los peligros de COVID-19, como respiradores, guantes, gafas y protectores faciales, y los proporcionaremos según sea necesario.

Diga: Cualquier persona puede solicitar y usar un cubrebocas o un respirador en el trabajo sin temor a represalias. Se lo proporcionaremos sin costo y le explicaremos cómo usarlo, cómo asegurarse de que selle correctamente alrededor de su cara, cómo almacenarlo y cuándo reemplazarlo. También lo capacitaremos sobre cómo usar el respirador correctamente para que lo proteja como fue diseñado. *[Consulte la sección 5144, Apéndice D.]*

Diga: 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 o respirador por razones médicas o de seguridad, hable con su supervisor para analizar las alternativas.

Distancia Física

Diga: Como comentamos, las personas que estén dentro de 6 pies / 2 metros tienen mayor riesgo, pero las gotitas pueden viajar por el aire más de 6 pies / 2 metros, especialmente en interiores, por eso el distanciamiento físico, los cubrebocas, más ventilación en interiores y el uso de cubrebocas disminuyen la propagación de COVID-19, pero son más efectivos cuando se usan en combinación.

Diga: Mientras las regulaciones actualizadas de Cal/OSHA no requieren el distanciamiento físico en la mayoría de las situaciones, deben tratar de continuar manteniendo la distancia en el trabajo.

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. También lo son las 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 periódicamente los riesgos en el lugar de trabajo para ver dónde podrían haber posibles exposiciones e implementaremos procedimientos para reducir exposición. *[Describe los procedimientos de su lugar de trabajo para reducir la exposición (p. ej. evaluar sistemas de ventilación, traer limpiadores de aire portátiles, etc.)]*

Diga: 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 cómo los empleados pueden participar en la identificación y evaluación de los riesgos de COVID-19.]*

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 podrían estar enfermos. Su supervisor le informará sobre los beneficios de permiso por enfermedad que están disponibles para usted.

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 dar esa información a los oficiales de salud pública según sea necesario, no al gobierno federal ni a los compañeros de trabajo.

Diga: Si creemos que usted podría haber sido 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: Una posible exposición significa que estuvo en el trabajo al mismo tiempo que alguien con COVID-19 durante el tiempo en que eran más infecciosos, incluso si no los vio ni se acercó a ellos. Pero si estuvo en **contacto cercano** con esa persona, esto significa que pasó al menos 15 minutos cerca de ella durante el tiempo en que era más infeccioso y que puede ser más seguro que lo excluyan del trabajo (que le pidan que se quede en casa).

Diga: Si tienen COVID-19, tienen síntomas del COVID-19, o han estado en contacto cercano con alguien en el trabajo, puede que se les excluya del lugar de trabajo (es decir, pedirles que se queden en casa). Si se le pide que se quede en casa, le daremos información sobre los beneficios disponibles para usted durante ese tiempo. *[Nota para el presentador: revise la sección 3205(c)(9), secciones A–E del ETS para más información sobre exclusiones en el lugar de trabajo.]*

Pruebas

Diga: Ofreceremos pruebas del COVID-19 sin costo para ustedes, y durante tiempo pagado, si:

- Tiene síntomas de COVID-19.
- Estuvo en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 en el trabajo, con la excepción de los empleados sin síntomas que se recuperaron recientemente de COVID-19 (casos de personas que regresaron).
- Estuvo dentro de un grupo expuesto durante un brote (cuando tres o más empleados que dieron positivo en la prueba de COVID-19 visitaron el lugar de trabajo durante el período infeccioso) o durante un brote importante (20 o más casos de COVID-19 en un período de 14 días) cuando le pediremos que se haga la prueba.
- Estamos siguiendo la Guía de aislamiento y cuarentena del Departamento de Salud Pública de California.

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

Diga: No ofreceremos pruebas si recientemente regresó al trabajo después de recuperarse de COVID-19, lo que significa que han pasado menos de 90 días desde que comenzaron sus síntomas de COVID-19 o su primera prueba positiva si nunca desarrolló síntomas, a menos que desarrolle síntomas después de regresar al trabajo o durante un brote importante.

Diga: Si su resultado es positivo, asegúrense de informar a *[Nombre del empleador o persona responsable de manejar casos positivos]* inmediatamente. Por favor también infórmenos si cree que pudo haber estado en contacto cercano con alguien con COVID-19.

Beneficios en el Trabajo

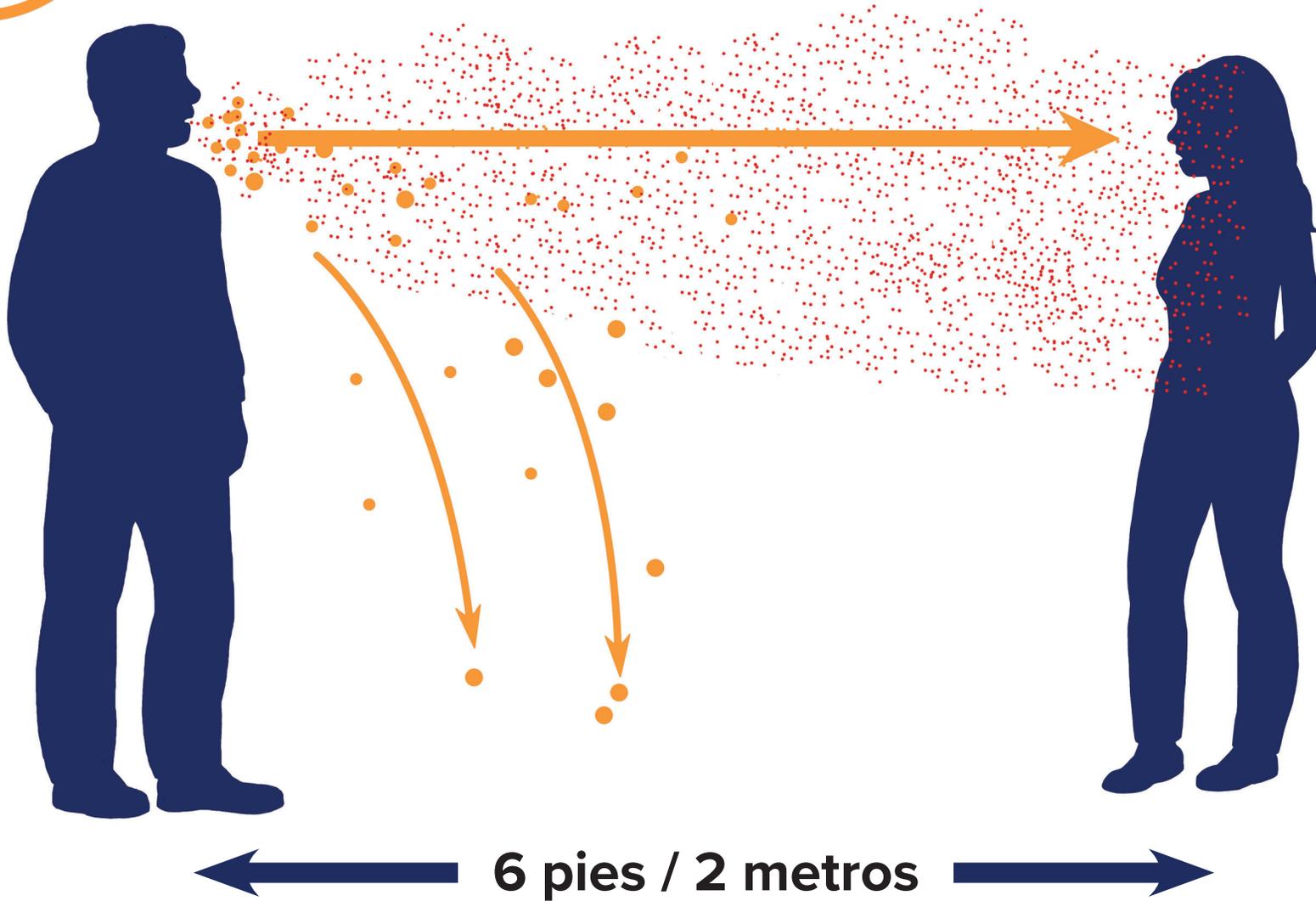
Diga: Puede que haya beneficios relacionados con el COVID-19 disponibles si están impactados por COVID-19 y deben aislarse. Podemos darles información sobre estos beneficios, incluyendo federales, estatales, y los beneficios de lugar de trabajo y políticas de nuestra compañía. Los beneficios que puede que estén disponibles para ustedes incluyen: *[Mencione cualquier beneficio de permisos de ausencia por enfermedad y vacunación actualmente disponibles bajo mandato legal, si corresponde, la ley de compensación del trabajador, los requisitos del gobierno local, las políticas de permisos de ausencia de su empresa y permisos de ausencia garantizadas por contrato.]*

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

Creado con el apoyo del programa estatal de educación sobre COVID-19 para agrícola y de trabajadores agrícolas (SAFE, por sus siglas en inglés) del WCAHS, financiado por la Agencia de Trabajo y Desarrollo Laboral (LWDA, por sus siglas en inglés).



¿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



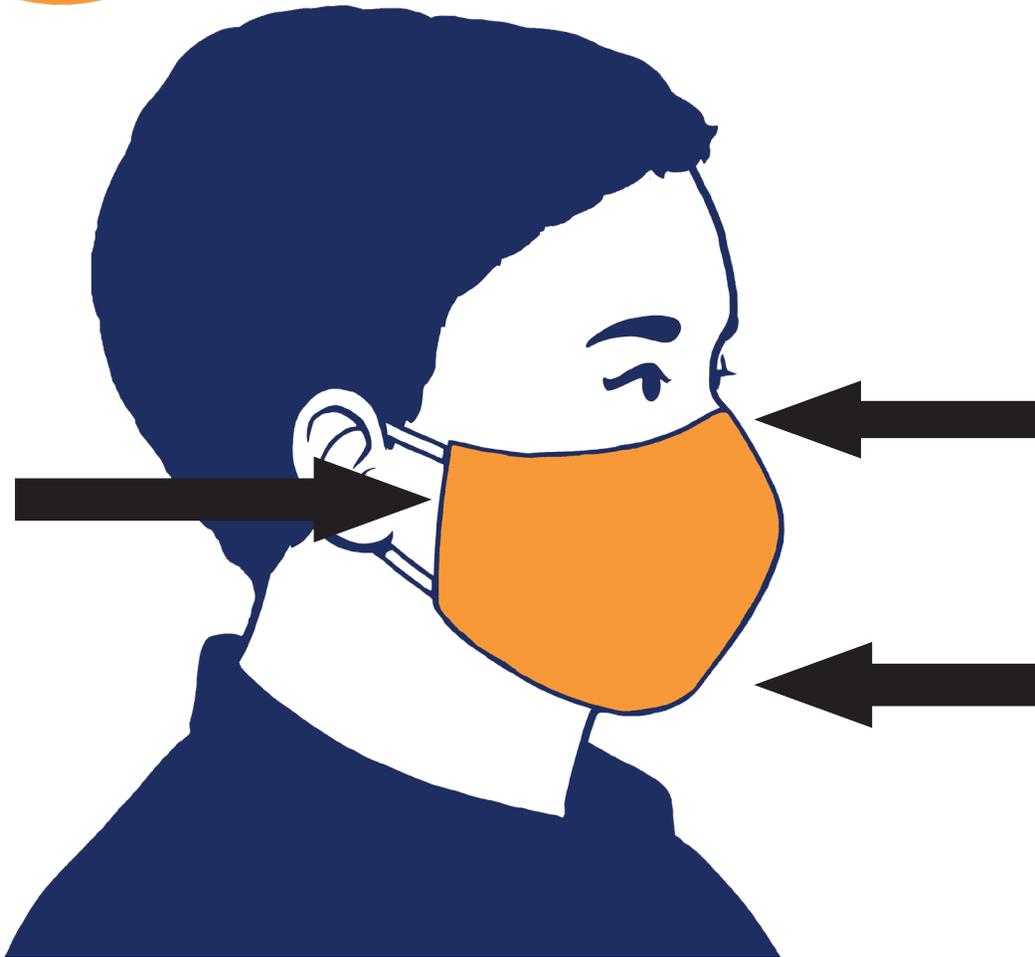
confusión o incapacidad de despertarse o permanecer despierto



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