

# COVID-19 Buenas practicas en el sitio de trabajo

Todos los contratistas deben incorporar la prevención de COVID-19 en todos los análisis de riesgos laborales (JHA) y la planificación de seguridad previa a la tarea para todos los aspectos del trabajo. Esta herramienta se proporciona únicamente como una guía para los contratistas y no se debe confiar en ella para evitar la propagación o transmisión de COVID-19, o evitar que una autoridad jurisdiccional emita una violación de seguridad. No es un consejo legal. Los contratistas deben evaluar continuamente los riesgos específicos en sus sitios de trabajo junto con las recomendaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para determinar el análisis de riesgos laborales más apropiado para el proyecto / tarea en relación con la propagación y / o transmisión de COVID-19.

## Responsabilidades personales del trabajador

- Los empleados deben tomar medidas para protegerse. Consulte la directriz de los CDC: [Cómo protegerse](#).
- Si los empleados tienen síntomas de enfermedad respiratoria aguda (es decir, fiebre, tos, falta de aire), deben quedarse en casa y no trabajar hasta que estén libres de síntomas durante al menos 72 horas, sin el uso de medicamentos, o según lo recomendado por los CDC. Consulte la directriz de los CDC: [Qué hacer si está enfermo](#).
- Los empleados deben avisar a sus supervisores y quedarse en casa si están enfermos. Deben consultar atención médica si desarrollan síntomas de enfermedad respiratoria aguda. Consulte la directriz de los CDC: [Qué hacer si está enfermo](#).

## Distanciamiento social

- El trabajo en áreas ocupadas debe limitarse solo a aquellas tareas que son estrictamente necesarias.
  - Limite el contacto físico con otros. Dirige los empleados a aumentar el espacio personal (al menos 6 pies, cuando sea posible).
  - Cuando sea posible, limite las reuniones de la oficina y reemplácelas con el teléfono o las reuniones en línea.
  - Tome descansos y almuerzos en turnos para reducir el tamaño del grupo en un área a menos de 10 personas.
  - El subcontratista y los gerentes de proyecto deben comunicarse con el contratista general sobre la prohibición de grandes reuniones (actualmente no más de 10 personas) en el lugar de trabajo, como la reunión de todas las manos y los almuerzos de todas las manos.

## Buenas practicas en el sitio de trabajo / oficina

- Los empleadores deben consultar la [Guía provisional de los CDC para empresas y empleadores \(inglés\)](#). Los empleadores deben verificar las recomendaciones de los CDC con frecuencia y actualizar los JHA y los planes de seguridad en consecuencia.
  - Los empleadores deben considerar la designación de un monitor representativo para los signos de COVID-19 en el lugar de trabajo, y si alguien muestra síntomas, pídale que se vayan. NO se les debe permitir ingresar a ninguna área ocupada antes de partir.
  - Los empleadores deben considerar la designación de representantes quienes tomarán las temperaturas de los empleados con un termómetro digital para la frente que se desinfecte adecuadamente entre las aplicaciones.

Tenga en cuenta que algunas personas con COVID-19 pueden no tener fiebre, por lo que este no debería ser el único medio de detección.

- Si un empleado se encuentra con buen estado de salud pero tiene un miembro de la familia en casa con COVID-19, debe notificar a su supervisor. Consulte la [Guía de los CDC para saber cómo realizar una evaluación de riesgos \(inglés\)](#).
- Si se confirma que un empleado tiene COVID-19, informe a sus compañeros de trabajo de la posible exposición al COVID-19 en el lugar de trabajo, pero mantenga la confidencialidad según lo exige la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA). Pídale al empleado afectado que identifique a los otros empleados con los que tuvo contacto antes de que el empleado se vaya. Los empleados que trabajaron en las proximidades (de 3 a 6 pies) a un compañero de trabajo con COVID-19 confirmado también deben ser enviados a casa y referidos a la [Guía de los CDC sobre cómo realizar una evaluación de riesgos \(inglés\)](#).
- La asistencia a las reuniones de seguridad debe comunicarse verbalmente y el capataz / superintendente firmará a cada asistente. Los contratistas no deben pasar una hoja de registro o dispositivo móvil (iPad, tableta o teléfono móvil) para confirmar la asistencia.
  - El uso de iPad y dispositivos móviles debe limitarse a un solo usuario.

## Equipo protector personal (PPE)

---

- Guantes: los guantes deben usarse en todos los momentos mientras que esté en el sitio. El tipo de guante usado debe ser apropiado para la tarea. Si normalmente no se requiere guantes para la tarea, cualquier tipo de guante es aceptable, incluidos los guantes de látex.
- Protección ocular: se debe usar protección ocular todo el tiempo mientras que esté en el sitio.
- Actualmente, los CDC no recomiendan que las personas sanas usen máscarillas. El 17 de marzo de 2020, el gobierno solicitó a todas las empresas constructoras que donaran máscaras faciales N95 a hospitales locales y que por el momento renunciaran a pedidos futuros. Los contratistas deben continuar proporcionando y dirigiendo a los empleados que usen máscaras faciales si así lo requiere el trabajo.

## Saneamiento y limpieza

---

- Promueva el lavado de manos frecuente y minucioso con jabón y agua corriente durante al menos 20 segundos. Los empleadores también deben proporcionar desinfectante para manos cuando no hay instalaciones para lavarse las manos. Consulte la directriz de los CDC: [Cuándo y cómo lavarse las manos](#).
  - Todos los trabajadores deben lavarse las manos con frecuencia, especialmente antes de comer, fumar o beber, y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Los trabajadores deben abstenerse de tocarse la cara.
  - Todas las instalaciones deben tener estaciones de lavado a mano disponibles para todos los trabajadores en el sitio. Si tiene un sitio grande, obtenga una estación de lavado de manos de su proveedor de inodoros portátiles en el lugar de trabajo.
  - Proporcionar desinfectante para manos es aceptable en el intervalo entre la disponibilidad de instalaciones para lavarse las manos.
  - Todos los trabajadores deben lavarse las manos antes y después de ingresar a una unidad, así como regularmente y periódicamente durante todo el día.
  - Algunos sitios de trabajo pueden tener acceso al agua para el lavado de manos. Si es una opción, obtenga el permiso del propietario de la instalación para usar su lavamanos y desinfectalo con frecuencia.
  - Si se encuentra en un proyecto remoto, llene un termo grande o cooler de agua (agua caliente, si está disponible) y etiquete "solo lavado de manos". Es una buena opción para vehículos también. El CDC tiene [carteles](#) y [hojas informativas](#) disponibles para publicar.

- Los capataces del subcontratista y los gerentes de proyecto deberán comunicarse con su contratista general sobre los pasos que el contratista general está tomando para proporcionar instalaciones sanitarias / de lavado de manos adecuadas en el proyecto.
- Desinfecte las superficies frecuentemente tocadas dentro del lugar de trabajo varias veces al día. Consulte la directriz de los CDC: [Limpiar y desinfectar \(inglés\)](#).
  - Las toallitas desinfectantes deben estar disponibles y usadas para limpiar cualquier superficie (pomos de las puertas, teclados, controles remotos, escritorios) que comúnmente se tocan periódicamente todos los días.
  - Los inodoros portátiles del sitio deben limpiarse mediante la empresa de alquiler al menos dos veces por semana (desinfectada en el interior). Verifique que los dispensadores de desinfectante para manos estén llenos; si no, llénelos. Los artículos que se tocan con frecuencia (es decir, tiradores de puertas y asientos de inodoros) deben desinfectarse con frecuencia, idealmente después de cada uso.
  - Las oficinas / remolques del sitio de trabajo y las salas de almuerzo / descanso deben ser limpiadas al menos dos veces al día.
  - Los empleados que realizan la limpieza recibirán el PPE adecuado, como guantes de nitrilo y protección ocular o facial, según necesidad.
  - Mantenga hojas de datos de seguridad de materiales (MSDS) de todos los desinfectantes en el sitio.
- Los empleadores deben proporcionar pañuelos y alentar a los empleados a cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo de papel (o codo u hombro si no hay pañuelo disponible) al toser o estornudar. Lávese las manos cada vez que tosa, estornude o se suene la nariz, y en cualquier momento antes de tocarse la cara o los alimentos. Consulte la directriz de los CDC: [Tos y estornudos \(inglés\)](#).
  - Cualquier basura de los remolques o del lugar de trabajo debe ser cambiada frecuentemente por alguien que use guantes. Después de cambiar la basura, el empleado debe botar los guantes y lavarse las manos.

## Visitantes al sitio de trabajo

---

- Restrinja la cantidad de visitantes al sitio de trabajo, incluyendo el tráiler u oficina.
- Todos los visitantes deben ser evaluados por adelantado. Si el visitante puede responder "sí" a cualquiera de las siguientes preguntas (sin identificar qué pregunta se aplica), el visitante no podrá acceder a las instalaciones.
  - ¿Te han pedido que te pongas en cuarentena desde diciembre de 2019?
  - ¿Ha estado en contacto cercano con alguna persona a quien se le haya pedido que se ponga en cuarentena desde diciembre de 2019?
  - ¿Ha experimentado un inicio reciente de algún síntoma relacionado con la enfermedad, como fiebre, tos o falta de aire?
  - ¿Ha viajado fuera de América del Norte en los últimos 14 días?
  - ¿Ha estado en contacto cercano con alguna persona que haya viajado fuera de América del Norte en los últimos 14 días?
  - ¿Has estado en contacto cercano con alguna persona que haya sido diagnosticada con COVID-19?

## Trabajadores que ingresan a edificios y hogares ocupados

---

Muchos contratistas y técnicos de servicio realizan actividades de construcción y mantenimiento dentro de hogares ocupados, edificios de oficinas y otros establecimientos. Aunque estos no son sitios de trabajo grandes, estos lugares de trabajo presentan sus propios riesgos únicos con respecto a las exposiciones a COVID-19. Los plomeros, electricistas y técnicos de calefacción, ventilación y aire acondicionado (HVAC) son ejemplos de este tipo de trabajadores. Todos esos trabajadores deben evaluar los riesgos específicos al determinar las mejores prácticas relacionadas con COVID-19.

- Requerir al cliente que limpie y desinfecte el área de trabajo antes de la llegada de los trabajadores al sitio.
- Los técnicos deben desinfectar las áreas de trabajo a su llegada, durante todo el día de trabajo e inmediatamente antes de la salida. Consulte la directriz de los CDC: [Limpiar y desinfectar \(inglés\)](#).
- Solicite a los clientes que mantengan a las mascotas domésticas alejadas del área de trabajo.
- Pida que los ocupantes mantengan una distancia personal de 10 pies como mínimo.
- No acepte pagos en el sitio (no efectivo ni cheques). Requerir pagos electrónicos por teléfono o en línea.
- Los trabajadores deben lavarse las manos inmediatamente antes de comenzar y después de completar el trabajo. Consulte la directriz de los CDC: [Cuándo y cómo lavarse las manos](#).

*Translation provided by [LatinoBuilt](#)*