

Lista de Verificación COVID-19 para Vivir en una Granja/Vivienda en Grupo

Protección Contra COVID-19

La directora del Departamento de Salud de Ohio, Amy Acton, M.D., MPH, recomienda encarecidamente que todos los trabajadores que habiten en viviendas en grupo o agrícolas tomen las siguientes precauciones.

- Practique el distanciamiento social manteniéndose a 6 pies de distancia de los demás siempre que sea posible, incluso mientras se encuentre en la vivienda.
- Evite apretones de manos, abrazos y saludos de puño / codo.
- Use las siguientes prácticas de prevención:
 - Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos muchas veces al día. Se puede usar desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
 - No toque sus ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.
 - Cubra la tos / estornudos con un pañuelo o el interior del codo. Coloque inmediatamente los pañuelos desechables usados en la basura y lávese las manos.
 - Cúbrase la nariz, la boca y la barbilla con un cobertor facial de tela cuando esté cerca de otros. Lave el cobertor de cara después de cada uso.
 - Los cobertores faciales de tela nunca deben colocarse sobre niños menores de dos años, cualquier persona que tenga problemas para respirar, o cualquier persona que esté inconsciente, incapacitada o que no pueda quitarse la máscara sin ayuda.
 - Limpie y desinfecte regularmente las superficies en las áreas de estar. Use un limpiador doméstico o una toallita. Algunas de estas superficies incluyen los pomos de puertas, interruptores de luz, encimeras, mesas, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros, grifos y lavabos.
- Las personas con alto riesgo de desarrollar una enfermedad grave por COVID-19 deben mantenerse alejadas de los demás siempre que sea posible. Si tiene 65 años o más o tiene alguno de las siguientes afecciones, tiene un mayor riesgo.
 - Enfermedad pulmonar crónica o asma moderada a severa.

- Una afección cardíaca grave.
- Un sistema inmunitario comprometido / debilitado.
- Obesidad severa.
- Diabetes.
- Enfermedad renal crónica, recibiendo diálisis.
- Enfermedad del hígado.

- Si está enfermo, manténgase alejado de aquellos que no están enfermos y dígaselo a su supervisor.
- Permanezca con las personas en su hogar o espacio de vivienda tanto como sea posible, pero manténgase a 6 pies de distancia lo más posible. Coloque las camas a 6 pies de distancia y organícelas para que pueda dormir unos en dirección a la cabeza y otros a los pies, no todos en dirección de cabeza a cabeza.
- No se reúna en grupos fuera de las unidades de vivienda por ningún motivo, incluidos cumpleaños u otras celebraciones, deportes o juegos.
- Haga que una o dos personas de bajo riesgo en su hogar o unidad de vivienda compren alimentos, medicamentos y otros artículos esenciales. Los que hagan compras deben:
 - Use máscaras.
 - Mantenerse a 6 pies de los demás.
 - Desinfectar las manijas del carrito de compras si es posible.
 - No tocar sus caras.
 - Limpiar sus manos con desinfectante inmediatamente después de salir de una tienda.
 - Lavarse las manos tan pronto como lleguen a casa.
- No use el transporte público, como el autobús, si es posible. Si debe utilizar el transporte público, mantenga una distancia de 6 pies de otros pasajeros como sea posible, evite tocar superficies como pasamanos y lávese las manos o use desinfectante para manos tan pronto como sea posible después de llegar a su destino.
- Limpie las llaves y las áreas de alto contacto dentro de los vehículos entre viajes. Estas áreas incluyen palanca de cambios, volante, puertas y manijas, reposabrazos, cinturones de seguridad, cajas de guantes y controladores, diales y botones de radio.
- En la medida de lo posible, no viaje en un vehículo con miembros de diferentes hogares.
- Si tiene más de una persona en un vehículo, manténgase lo más alejado posible. Haga que todos usen desinfectante para manos antes de subir al vehículo y después de salir.



Viaje con las ventanas abajo, si es posible, para mayor ventilación.



Si es posible, desinfecte las manijas de la bomba de combustible y las pantallas táctiles con un paño o use una toalla desechable u otra cubierta al manipular. Lave o desinfecte las manos inmediatamente después.

Para reportar denuncias o infracciones aparentes, quejas contra servicios de empleo, o información sobre colocación de empleo, por favor deje un mensaje en la Línea Directa de trabajadores Agrícolas del Departamento de Trabajo y Servicios para las Familias de Ohio (Ohio Department of Job & Family Services) 1-888-296-7541 y alguien le devolverá la llamada.

Para obtener información adicional, visite coronavirus.ohio.gov.

Para obtener respuestas a sus preguntas del COVID-19 llame al 1-833-427-5634.

Su salud mental es tan importante como su salud física. Si usted o un ser querido están experimentando ansiedad relacionada con la pandemia del coronavirus, existe ayuda disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana. Llame al COVID-19 CareLine al 1-800-720-9616.



Protéjase a si mismo y a otros del COVID-19 siguiendo estas precauciones.

PREVENCIÓN

Para mayor información, llame al 1-833-427-5634 o visite coronavirus.ohio.gov



QUÉDESE EN SU CASA EXCEPTO PARA TRABAJAR Y OTRAS NECESIDADES



USE UNA CUBIERTA FACIAL CUANDO SALGA



PRACTIQUE DISTANCIAMIENTO SOCIAL DE AL MENOS 6 PIES DE DISTANCIA CON OTROS



HAGA COMPRAS EN HORARIOS QUE NO SEAN PICO



LÁVESE LAS MANOS FRECUENTEMENTE CON AGUA Y JABÓN (POR 20 SEGUNDOS O MÁS)



EVITE TOCARSE LOS OJOS, LA NARIZ O LA BOCA CON MANOS SIN LAVAR O DESPUÉS DE TOCAR SUPERFICIES



CÚBRASE LA BOCA CON UN PAÑUELO O LA MANGA AL TOSER O ESTORNUDAR



LIMPIE Y DESINFECTE FRECUENTEMENTE SUPERFICIES DE "ALTO CONTACTO"



NO TRABAJE CUANDO ESTÉ ENFERMO. INFORME A SU SUPERVISOR SI SE SIENTE ENFERMO.



LLAME ANTES DE VISITAR A SU MEDICO