

Lista de Verificación COVID-19 para Trabajadores Agrícolas

Protección Contra COVID-19

La mejor manera de prevenir COVID-19 es evitar exponerse al virus que causa la enfermedad.

Se cree que el virus se propaga principalmente:

- De persona a persona.
- Entre personas que están en contacto cercano entre sí (dentro de aproximadamente 6 pies).
- A través de gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose, estornuda o habla.
- Por gotas que caen en la boca o la nariz de personas cercanas o posiblemente inhaladas por los pulmones.

Las personas pueden propagar la enfermedad incluso si no están enfermas, por lo que es importante protegerse en todo momento.

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

PREVENCION GENERAL

- Manténgase a 6 pies de distancia de los demás siempre que sea posible, incluso mientras trabaja y en la vivienda.
- No se toquen, ni siquiera para saludar.
- Haz lo siguiente:
 - Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos varias 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 o boca con las manos sin lavar.
 - Cubra la tos / estornudos con un pañuelo desechable o el interior de su 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 de cara de tela cuando esté cerca de otros. Lave el cobertor 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 que se tocan con frecuencia en las áreas de trabajo y de vida. Esto incluye pomos de puertas, interruptores de luz, encimeras, mesas, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros, grifos y lavabos. Use un limpiador doméstico o una toallita.

EN EL TRABAJO

- Si tiene un termómetro, controle su temperatura todos los días antes de ir a trabajar. Si su temperatura es de 100.4 F o más, no vaya a trabajar e informe a su supervisor. Desinfecte el termómetro entre usos. Nunca comparta un termómetro oral / bucal.
- También controle la tos o la falta de aliento y quédese en casa si está enfermo. Si te enfermas en el trabajo, díselo a tu jefe y vete a casa de inmediato. Póngase en contacto con un proveedor de atención médica. Si no tiene uno, dígaselo a su supervisor.
- Si usa un reloj para marcar, limpie sus manos antes y después de marcar la entrada y la salida. Si debe hacer cola, manténgase a 6 pies de todos los demás.
- Si su empleador le proporciona máscaras o guantes, solicite capacitación sobre cómo usarlos. Se puede usar una máscara provista por el empleador en lugar de una cubierta facial de tela.
- Limpie y desinfecte los espacios de trabajo interiores, si es posible, antes, durante y después de su turno. Preste atención especial a las superficies de alto contacto. Esto incluye manijas de puertas, interruptores de luz, baños, electrodomésticos de sala de descanso / cocina, mesas y sillas.
- No comparta herramientas u otros materiales de trabajo o materiales personales. Si debe compartir, desinfecte los artículos antes y después de usarlos.
- Si bebe agua de un refrigerador u otro lugar común, lávese las manos antes y después de beber. Nunca comparta una botella o taza.
- No se congregate en áreas comunes, como salas de descanso o cocinas.

VEHICULOS DE TRABAJO

- Entre viajes, limpie las llaves y las áreas dentro de los vehículos que a menudo se tocan. Estas

áreas incluyen palanca de cambios, volante, puertas y manijas, reposabrazos, cinturones de seguridad, cajas de guantes y controladores, diales y botones de radio.

- Cuando viaje en vehículos con otras personas, manténgase lo más alejado posible. En la medida de lo posible, no viaje en un vehículo con miembros de diferentes grupos de trabajo.
- Todos deben usar 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