



Junio 1, 2022

Estimado/a Empleado del Condado de Sonoma,

Este paquete incluye actividades y guías relacionadas con COVID-19 en el lugar de trabajo y los brotes en el sitio de trabajo. Su contenido ha sido actualizado para incorporar los nuevos lineamientos del Departamento de Salud Pública de California (CDPH) y para reflejar las revisiones adoptadas por la Junta de Seguridad Laboral y Estándares de Salud de California que fueron actualizadas en Abril 6, 2022 y Mayo, 6, 2022.

**Lineamientos del CDPH sobre el aislamiento y la cuarentena**

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/Translations/Guidance-on-Isolation-and-Quarantine-for-COVID-19-Contact-Tracing--es.pdf>

**Lineamientos del CDPH sobre el uso del cubre bocas, efectivos a partir de Abril 20, 2022**

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/Translations/guidance-for-face-coverings--es.pdf>

**Estándares de Emergencia Temporales de la Cal/OSHA actualizadas a partir de Mayo 6, 2022:**

<https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/ETS.html>

*Tres o más casos de COVID-19 en el lugar de trabajo dentro de un periodo de 14 días, se deben de reportar a Salud Pública: [covid.nurse@sonoma-county.org](mailto:covid.nurse@sonoma-county.org)*

Por favor revise la siguiente información adjunta sobre cómo prevenir y atender el COVID-19 en el lugar de trabajo. Gracias por su contribución para mantener segura a nuestra comunidad y el apoyo continuo de los negocios en el Condado de Sonoma.

Respetuosamente,

Equipo de Respuesta de COVID-19 en los Negocios y Sitios Laborales del Condado de Sonoma

Línea de Información de la Enfermera de Salud Pública: (707) 565-4566

Correo Electrónico: [covid.nurse@sonoma-county.org](mailto:covid.nurse@sonoma-county.org)

## Definiciones sobre el COVID-19

**Definiciones comunes:** Un entendimiento claro de los siguientes términos es muy importante para manejar las exposiciones y/o los brotes en el lugar de trabajo

Término	Definición
<b>Caso COVID-19</b>	Una persona que da positivo en una prueba contra la COVID-19 se considera un "caso" y se debe de aislar hasta que sea seguro que esté con otros.
<b>Calculando el Día 1 del Aislamiento</b>	Si el empleado tiene síntomas, la fecha en que empezaron se considera el día 0 del aislamiento. El día 1 es el primer día completo después de que empezaron los síntomas.  Si no tiene síntomas, la fecha de su resultado positivo se considera el día 0. El día 1 es el primer día completo después de su resultado positivo.
<b>Contacto Cercano</b>	Alguien que comparte el mismo espacio interior, por ejemplo, casa, sala, de espera de la clínica, o avión por un total acumulado de 15 minutos o más, en un lapso de 24 horas. Por ejemplo, alguien que tiene tres interacciones separadas de 5 minutos con un caso (para un total de 15 minutos en el transcurso de un día) durante el periodo infeccioso de una persona infectada se considera un contacto cercano.
<b>Periodo Infeccioso</b>	El periodo infeccioso es de 48 horas antes de que el caso positivo de COVID-19 desarrolle síntomas (o 48 horas antes de la fecha del resultado positivo si no hay síntomas) hasta que la persona ya no sea contagiosa (usualmente otros 10 días).
<b>Exposición en el Lugar de Trabajo</b>	Cuando un caso trabaja durante su periodo de infección.
<b>Brote</b>	3 o más casos de empleados con COVID-19, que visitaron el lugar de trabajo dentro de los 14 días en sus instalaciones/negocio.
<b>Brote Mayor</b>	20 o más casos de empleados con COVID-19, que visitaron el lugar de trabajo dentro de los 30 días en sus instalaciones/negocio.
<b>Prueba del Antígeno</b>	La prueba del antígeno es llamada prueba de diagnóstico rápido (o prueba en casa). Detecta las proteínas específicas en la superficie del coronavirus. Los resultados se obtienen entre 15 y 45 minutos.
<b>Prueba PCR</b>	Una prueba PCR administrada por un profesional clínico detecta material genético del virus usando una técnica llamada reacción en cadena de la transcripción en reversa de la polimerasa.
<b>Grupo de Trabajo Expuesto</b>	Se define como todos los empleados en un área de trabajo en una instalación o área común, donde se presentó un caso positivo de COVID-19 en un empleado y es contagioso.

Actualizado 28/6/2022

## Síntomas de la COVID-19

### Lista de Síntomas:

No permita que los trabajadores enfermos que reportan síntomas de COVID-19 se presenten a trabajar.

Síntomas de la COVID-19		
<b>Fiebre &gt;100.4F (38C);</b> ○ <b>Fiebre Subjetiva</b> (Se siente con fiebre)	<b>Dolor abdominal</b> (>3 evacuaciones más sueltas que lo normal en 24 horas)	<b>Tos</b> (De nueva aparición o que empeora una tos crónica)
<b>Dolor Muscular</b> (Mialgia)	<b>Escurrimiento Nasal</b> (Rinorrea)	<b>Falta de aire</b> (Disnea)
<b>Escalofríos</b>	<b>Dolor de Cabeza</b>	<b>Garganta Irritada</b>
<b>Congestión</b>	<b>Temblor o Adormecimiento</b>	<b>Nausea o vómito</b>

# Guía Paso a Paso para Manejar los Casos y Brotes de COVID-19 en el Lugar de Trabajo

## Paso 1: Determine el Aislamiento y la Cuarentena

Qué hacer:	Determine si el empleado necesita Aislamiento o Cuarentena
<p><b>Aislamiento:</b> Para todos los trabajadores que den positivo a COVID-19, independientemente de su status de vacunación</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Guía sobre aislamiento y cuarentena</a> (CDPH)</li><li>• <a href="#">Normas temporales de emergencia (ETS) sobre prevención de COVID-19</a> (Cal/OSHA)</li></ul>
<p><b>No Cuarentena:</b> Contacto cercano que a sido expuesto a un caso, independientemente de su status de vacunación.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Guía sobre aislamiento y cuarentena</a> (CDPH)</li><li>• <a href="#">Normas temporales de emergencia (ETS) sobre prevención de COVID-19</a> (Cal/OSHA)</li></ul>

## Paso 2: Comunicarse con los Empleados

Qué hacer:	Comunicarse y orientar a los empleados
<b>Comunicarse con los Empleados:</b> Notificar a <u>todos</u> los empleados que estuvieron presentes durante la exposición.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Al siguiente día hábil, después del momento en que se identificó el caso(s) de COVID-19, darle aviso por escrito a los contactos cercanos y a todos los empleados presentes en el lugar de trabajo durante el periodo infeccioso a la posible exposición de COVID-19.</li><li>• No comparta información personal del caso de COVID-19</li><li>• Oriente a los empleados sobre los procedimientos de la compañía para reportar los síntomas y las enfermedades, sin temor a represalias.</li><li>• Dígalos a los empleados que no vayan a trabajar cuando estén enfermos.</li><li>• Proporcione entrenamiento e instrucciones a los empleados sobre como auto revisarse para detectar síntomas.</li><li>• Proporcione entrenamiento e instrucciones sobre el aislamiento y la cuarentena por la COVID-19 a los casos y contactos cercanos.</li></ul>

## Paso 3: Documente y Registre

Qué hacer:	Documente y registre todos los casos y contactos cercanos
<b>Documente todos los empleados que hayan dado positivo a COVID-19 y sus contactos cercanos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Documente y registre todos los casos positivos de COVID-19, y los contactos cercanos, según los lineamientos de la Cal/OSHA.</li><li>• Mantenga registros y rastree todos los casos de COVID-19 y contactos cercanos.</li></ul>
<b>Enlaces con Recursos de Ayuda</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cal/OSHA: <a href="#"><u>Estándares Temporales de Emergencia para Prevenir la COVID-19</u></a></li></ul>

## Paso 4: Reporte la Información

Qué hacer:	Repórtela a las agencias
<p><b>Reporte los Brotes en el Lugar de Trabajo a Salud Pública del Condado de Sonoma:</b></p> <p>Un brote en el lugar de trabajo son 3 o más casos positivos de COVID-19 en 14 días.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reporte todos los brotes sospechosos dentro de 48 horas a su departamento de salud local en <a href="mailto:covid.nurse@sonoma-county.org">covid.nurse@sonoma-county.org</a>.</li><li>• Registre su negocio en SPOT (Portal Escolar y Compartido para Rastreo de Brotes).</li><li>• Anticipe una solicitud para una reunión programada con una enfermera de salud pública para más orientación y seguimiento en las próximas 72 horas (dependiendo de la capacidad)</li><li>• Abra la comunicación con Salud Pública del Condado de Sonoma para comentar los casos de COVID-19 y las medidas para contener el brote.</li><li>• Menos de 3 casos en 14 días <b>no se tienen que</b> reportar a Salud Pública del Condado de Sonoma.</li></ul>
<p><b>Reporte las hospitalizaciones y las muertes a la Cal/OSHA</b></p> <p><b>Enlaces con Recursos de Ayuda</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Notifique inmediatamente a la Cal/OSHA, por teléfono o por email, las hospitalizaciones o las muertes por COVID-19.</li><li>• Correo Electronico: <a href="mailto:covid.nurse@sonoma-county.org">covid.nurse@sonoma-county.org</a></li><li>• Regístrese en SPOT (Portal Escolar y Compartido para Rastreo de Brotes) <a href="https://spot.cdph.ca.gov/s/IntakeForm">https://spot.cdph.ca.gov/s/IntakeForm</a></li><li>• Oficina del Distrito American Canyon de la Cal/OSHA</li><li>• <b>Teléfono: 707-649-3700</b></li><li>• <b>Correo Electronico: <a href="mailto:DIRDOSHAmericanCanyon@dir.ca.gov">DIRDOSHAmericanCanyon@dir.ca.gov</a></b></li><li>• <a href="https://www.dir.ca.gov/DOSH/coronavirus/COVID19FAQs.html">https://www.dir.ca.gov/DOSH/coronavirus/COVID19FAQs.html</a></li></ul>

## Paso 5: Pruebas contra COVID-19 para los Empleados

Qué hacer:	Proporcione pruebas contra la COVID-19 gratuitas
<p data-bbox="66 260 337 558"><b>Ponga a disposición de todos los empleados expuestos las pruebas contra la COVID-19</b></p> <p data-bbox="66 877 266 999"><b>Enlaces con Recursos de Ayuda</b></p>	<ul data-bbox="418 260 1516 1041" style="list-style-type: none"><li>• Ponga a disposición las pruebas contra la COVID-19 sin costo, para los empleados en el grupo de trabajo expuesto y otra vez de 5 a 7 días después.</li><li>• Las pruebas en los empleados del grupo expuesto deben de continuar hasta que no haya casos positivos nuevos de COVID-19 durante 14 días, a partir de la última exposición a la COVID-19.</li><li>• Vigile las pruebas y resultados para todos los empleados.</li><li>• Reporte en línea las pruebas del antígeno positivas al Departamento de Salud Pública del Condado de Sonoma.</li><li>• En ciertas circunstancias, un equipo de pruebas del Condado de Sonoma puede proporcionar pruebas en sus instalaciones. Mande un email a <a href="mailto:COVIDTest@sonoma-county.org">COVIDTest@sonoma-county.org</a> para mayor información.</li> <li>• SoCo Emergency <a href="#">Presente una prueba positiva del antígeno hecha en casa</a></li><li>• SoCo Emergency <a href="#">Lugares de pruebas contra la COVID-19 en el Condado de Sonoma</a></li><li>• Ca.Gov <a href="#">Fuerza de trabajo para las pruebas contra la COVID-19</a></li></ul>

## Paso 6: Comparta Información sobre la vacuna contra COVID-19 con empleados.

Qué hacer:	Proporcione información sin costo sobre la vacuna contra COVID-19
<p data-bbox="66 1425 367 1535"><b>Información sobre la vacuna contra la COVID-19</b></p> <p data-bbox="66 1614 367 1688"><b>Enlaces con Recursos de Ayuda</b></p>	<ul data-bbox="418 1425 1484 1875" style="list-style-type: none"><li>• Proporcione información sin costo sobre las vacunas contra COVID-19.</li> <li>• SoCo Emergency <a href="#">Información sobre la vacuna</a></li><li>• SoCo Emergency <a href="#">Calendario de clínicas de vacunación</a></li><li>• Condado de Sonoma <a href="#">Información sobre las vacunas de refuerzo-poster para imprimir</a></li><li>• Seguros en el Trabajo <a href="#">Juego de herramientas sobre las vacunas para los patrones</a></li></ul>

## Paso 7: Revise su Plan de Prevención de la COVID-19 y Oriente a los Empleados.

Qué hacer:	Establezca un plan de prevención de la COVID-19
<p data-bbox="66 231 349 367"><b>Establezca e implemente un Plan de Prevención de la COVID-19</b></p> <p data-bbox="66 798 267 903">Enlaces con Recursos de Ayuda</p>	<ul data-bbox="414 231 1542 913" style="list-style-type: none"><li>• La Cal/OSHA exige a los patrones establecer, implementar y mantener un Plan de Prevención efectivo contra la COVID-19.</li><li>• La Cal/OSHA les exige a los patrones establecer, implementar y mantener un Plan de Prevención efectivo contra la COVID-19</li><li>• Refiérase a la página de los Estándares de Emergencia Temporales por la COVID-19 de la Cal/OSHA para mayores detalles y para ver un ejemplo de un Plan de Prevención contra la COVID-19.</li><li>• Investigue riesgos nuevos o no atendidos de COVID-19 en el lugar de trabajo e implemente cambios conforme sea necesario.</li><li>• Incremente sus medidas de control de la infección en el lugar y en el transporte proporcionado por empleador. Por ejemplo: incremente la distancia física, uso de cubre bocas y mascarillas apropiadas, limpieza y desinfección adecuadas, mejora de la ventilación y la filtración, etc.</li><li>• Proporcione entrenamiento e instrucciones a los empleados en su Plan de Prevención.</li> <li>• Cal/OSHA <a href="#">Modelo de Plan de Prevención – Archivo de Word</a></li><li>• Cal/OSHA <a href="#">Estándares de Prevención de Emergencia Temporales por la COVID-19</a></li></ul>

## Paso 8: Proporcione Equipo de Protección Personal (PPE)

Qué hacer:	Proporcione PPE
<p data-bbox="77 1102 381 1176"><b>Proporcione PPE a los Empleados</b></p> <p data-bbox="77 1522 381 1596">Enlaces con Recursos de Ayuda</p>	<ul data-bbox="438 1102 1542 1806" style="list-style-type: none"><li>• La Cal/OSHA requiere que los empleadores proporcionen cubiertas faciales durante brotes de COVID.</li><li>• Enséñeles a los empleados como usar los cubre bocas adecuadamente.</li><li>• Todos los empleados pueden solicitarle cubre bocas a su patrón, sin costo para el empleado, sin importar el estatus de vacunación y sin miedo a represalias.</li><li>• Empleadores revisaran recomendaciones de CDPH y el Departamento de Salud local acerca del uso de cubre bocas y implementaran pólizas que eficazmente eliminaran o disminuiran la transmisión en vehículos.</li> <li>• Departamento de Salud Pública de California <a href="#">Lineamientos para el uso de cubre bocas</a></li><li>• Departamento de Salud Pública de California <a href="#">Obtenga el máximo de los cubre bocas</a></li><li>• Centros para el Control de las Enfermedades <a href="#">Su guía para los cubre bocas</a></li><li>• PPE Unite <a href="#">Solicitudes para mascarillas N95 gratuitas</a></li><li>• Compre de Manera Segura en California Mascarillas N95 en <a href="#">Compre mascarillas N95</a></li><li>• Condado de Sonoma <a href="#">Recursos para probar el ajuste de las N95</a></li></ul>



## Recursos de Ayuda Adicionales

### Actualizaciones sobre las Regulaciones y Lineamientos por la COVID-19

Cal/OSHA

[Estándares de Prevención de Emergencia Temporales por la COVID-19](#)

Cal/OSHA

[Estándares de Prevención de Emergencia Temporales por la COVID-19 - Preguntas](#)

Cal/OSHA

[Estándares de Prevención de Emergencia Temporales por la COVID-19 – Qué deben de saber los empleados](#)

Respuesta a Emergencias del Condado de Sonoma

[Respuesta al Coronavirus Response](#)

Ordenes de Salud del Condado de Sonoma

[Ordenes de Salud por Fecha](#)

Departamento de Salud Pública del Condado de Sonoma

[Reglamento HIPAA](#)

Departamento de Salud Pública de California (CDPH)

[Respuesta a la COVID-19](#)

Gob. de CA. Agencia de Desarrollo y de la Fuerza de Trabajo

[Recursos de Ayuda para Patrones y Trabajadores](#)

Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDCs)

[COVID-19 para Lugares de Trabajo y Negocios](#)

Departamento de Salud Pública de California [Mas Allá del Plan para los Sectores Industriales y de Negocios](#) (Incluye Viajes y Mega Eventos)

### Información para los Trabajadores Agrícolas

Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDCs)

[H2A Trabajadores](#)

[Protéjanse a si Mismos – Poster para imprimir en Español](#)

[H2A Trabajadores Protéjanse a si Mismos – Poster para imprimir en Inglés](#)

Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDCs)

[Protéjase a si Mismo - H2](#)

[Trabajadores de México a los EE UU](#)

Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDCs)

[Trabajadores y Patrones Agrícolas](#)

Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDCs)

[Transporte Compartido – Poster para imprimir en Español](#)

[Transporte Compartido – Poster para imprimir en Inglés](#)

## Información de Contacto de las Agencias de Gobierno Locales

Departamento de Salud Pública del Condado de Sonoma – Equipo de Respuesta para los Negocios y Lugares de Trabajo

**Tel.: 707-565-4566**

<mailto:covid.nurse@sonoma-county.org>

Cal/OSHA Oficina de Reportes  
**Tel.: 707-649-3700**  
[DIRDOSHAmericanCanyon@dir.ca.gov](mailto:DIRDOSHAmericanCanyon@dir.ca.gov)

Cal/OSHA Preguntas  
**Tel.: 510-622-2891**  
[OaklandConsultation@dir.ca.gov](mailto:OaklandConsultation@dir.ca.gov)

Salud Ambiental del Condado de Sonoma  
**Tel.: 707-565-6565**  
<mailto:eh@sonoma-county.org>

