

# Corona Virus (COVID-19)



Los funcionarios de la salud de los Estados Unidos están extremadamente preocupados acerca de un nuevo coronavirus que apareció de China y que se ha esparcido rápidamente a través del mundo gracias a los eficientes viajes globales. El virus causante de la enfermedad del coronavirus del 2019 (COVID-19), no es el mismo que el coronavirus que comúnmente circula entre los humanos y que causa una enfermedad ligera, como el resfriado común. Este virus se esparce muy fácilmente y es 10 veces más violento que el común virus de la influenza. En el momento, no hay vacuna o medicina que cure el virus.

Hay muchas cosas que los empleados pueden hacer para prevenir ellos mismos, sus familiares y sus compañeros de trabajo de contraer el COVID-19.

## ¿Cuál es son las señales que una persona tenga el virus?

Los síntomas del COVID-19 incluyen fiebre y falta de respiración, tos o dolor de garganta. Algunas personas infectadas con el virus han experimentado síntomas no respiratorios y otros no tienen ningún síntoma. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de haber sido expuesto.

## ¿Cómo se esparce éste virus?

Como otros virus de la influenza, el COVID-19 se esparce de persona a persona a través de la tos y los estornudos. El virus después puede desplazarse por pequeñas gotículas respiratorias que viajan por el aire (alrededor de 6 pies). También puede esparcirse al tocar superficies como el teléfono celular, teléfono, tabletas, computadoras, controles de equipo, herramientas de mano, herramientas eléctricas portátiles o la perilla de la puerta u objetos que tengan el virus y luego se toque su propia boca, nariz u ojos.

## ¿Qué tan severo es éste virus?

Los síntomas actuales reportados incluyen enfermedad respiratoria de ligera a severa con fiebre, tos y dificultad para respirar. La mayoría de personas afligidas con éste virus se han recuperado después de varios días de enfermedad. Ha habido hospitalizaciones y muertes – trate este virus seriamente.

## ¿Quién está en riesgo de enfermedad seria por éste virus?

Información temprana demuestra que algunas personas están en más alto riesgo de enfermarse mucho del COVID-19, incluyendo adultos mayores de 60 años y adultos con serias condiciones médicas pre-existentes como supresión del sistema inmunológico, enfermedades al corazón, diabetes y enfermedades a los pulmones. Las mujeres embarazadas pueden tener un alto riesgo de desarrollar enfermedad seria por éstos tipos de corona virus.

## ¿Cómo me protejo yo y mi familia de este virus?

- Lávese las manos con frecuencia. Lávese las manos con agua y jabón por lo menos por 20 segundos, especialmente después de haber dado la mano, usado el teléfono, tableta o computadora que no sea suya, haya estado en un lugar público o después de limpiarse la nariz, toser o estornudar. Usar un desinfectante para manos si no tiene agua y jabón disponible.
- No se toque los ojos, nariz y boca sin haberse lavado las manos. Todos nosotros lo hacemos sin darnos cuenta.
- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas. Mantenga más distancia entre usted y otros. No de la mano a otros. Tóquese con los nudillos o el codo si siente la necesidad de tener contacto con alguien.
- Tome los pasos necesarios para proteger a otros como a sus familiares y compañeros de trabajo. Ante todo, quédese en casa si está enfermo y sólo salga para recibir atención médica. No lleve su enfermedad al trabajo, aunque trabaje afuera. Cúbrase la boca y la nariz con un papel cuando tosa o estornude o use la parte de

adentro del codo. Bote los papeles usados en la basura – no los vuelva a poner en su bolsillo después de usarlos.

- Limpie y desinfecte las superficies que se tocan frecuentemente. Esto incluye teléfonos celulares, teléfonos, tabletas, control de equipos, mesas de la oficina y de la cocina, perillas de las puertas, interruptores de luz, encimeras, manijas de los autos, escritorios, inodoros, grifos, lavatorios, tablillas y otras herramientas de construcción que se comparten.

- En resumen: Lávese las manos frecuentemente. No se toque los ojos, nariz y boca con las manos sin lavarse. Trate de mantener un espacio de 6 pies entre usted y otros. Quédese en casa si está enfermo y manténgase alejado de otros que estén enfermos.

Este es un virus muy peligroso y la única forma que nuestro país lo va a eliminar es haciendo que todos nosotros pongamos de nuestra parte para protegernos a nosotros mismos, a nuestros compañeros de trabajo y a todos nuestros familiares.

Al firmar a continuación, certifica que ha recibido capacitación y comprende la charla de seguridad que se dio.

Titulo:		Fecha:	
Empresa:		Capataz:	
Locacion:		Presetador:	

Empleado	Firma
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

