Dada la naturaleza evolutiva de la pandemia, OSHA está en proceso de revisar y actualizar este documento. Es posible que estos materiales ya no representen las recomendaciones y guías actuales de OSHA. Para obtener la información más actualizada, consulte la Guía de protección de los trabajadores.

Guía sobre la Preparación de los Lugares de Trabajo para el virus COVID-19

OSHA 3992-03 2020

www.osha.gov

Ley del 1970 sobre Seguridad y Salud Ocupacional

"Para garantizar unas condiciones de trabajo seguras y salubres para los trabajadores y trabajadoras; autorizando el cumplimiento de las normas formuladas al amparo de la Ley; ayudando y alentando a los Estados en sus esfuerzos por garantizar condiciones de trabajo seguras y saludables; disponiendo investigación, información, educación y entrenamiento en materia de seguridad y salud ocupacional."

Esta guía no representa un estándar o reglamento y no crea obligaciones jurídicas nuevas. El contenido incluye recomendaciones y normas obligatorias de seguridad y salud. Las recomendaciones son informativas y están destinadas a ayudar a los empleadores a proporcionar un lugar de trabajo seguro y salubres. La Ley de Seguridad y Salud Ocupacional requiere que los empleadores cumplan con los estándares y las normas de seguridad y salud estipuladas por OSHA o por un estado con un plan estatal aprobado por OSHA. Además, la Cláusula de Deber General de la Ley (Sección 5(a)(1)), requiere que los empleadores proporcionen a sus trabajadores un lugar de trabajo libre de riesgos reconocidos que puedan causar muertes o graves daños físicos.

El material contenido en esta publicación es de dominio público y se puede reproducir, total o parcialmente, sin permiso. Se solicita dar crédito a esta fuente, aunque no es necesario.

Esta información estará disponible, a petición, en formato especial para personas discapacitadas en sus funciones sensoriales. Teléfono de voz: (202) 693-1999; número para teletipo (TTY): (877) 889-5627.

Guía sobre la Preparación de los Lugares de Trabajo para el virus COVID-19

Departamento del Trabajo de los EE. UU.
Administración de Seguridad y Salud Ocupacional

OSHA 3992-03 2020

Departamento del Trabajo de los EE. UU.

Índice

Introducción 3

Información del COVID-19 5

Cómo un brote de COVID-19 podría afectar
los lugares de trabajo. 6

Pasos que todos los empleadores pueden
tomar para reducir el riesgo de exposición
de los trabajadores al SARS-CoV-2 8

Clasificando la exposición de los trabajadores
al SARS-CoV-2. 21

Trabajos clasificados con un riesgo bajo de exposición (de
precaución): qué hacer para proteger los trabajadores. 24

Trabajos clasificados con un riesgo medio de
exposición: qué hacer para proteger los trabajadores 25

Trabajos clasificados con riesgo alto o muy alto
de exposición: qué hacer para proteger a los trabajadores . . 27

Trabajadores que viven en el extranjero o
viajan internacionalmente 30

Para información adicional 31

Asistencia, servicios y programas
de OSHA 31

Oficinas regionales de OSHA 35

Cómo contactar a OSHA 37

Introducción

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad respiratoria causada por el virus SARS-CoV-2. Se ha propagado desde China hacia muchos otros países alrededor del mundo, incluyendo a los Estados Unidos. Dependiendo de la severidad de los impactos internacionales, las condiciones de los brotes—incluyendo los que están surgiendo a niveles pandémicos—pueden afectar todos los aspectos de la vida diaria, incluyendo los viajes, el comercio, el turismo, los suministros de alimentos y los mercados financieros.

Para reducir el impacto de las condiciones del brote de COVID-19 en los negocios, trabajadores, clientes y el público, es importante que todos los empleadores planifiquen ahora para el COVID-19. Para los empleadores que ya tienen planes para la influenza pandémica, la planificación para el COVID-19 podría conllevar una actualización de sus planes para atender los riesgos de exposición específicos, fuentes de exposición, rutas de transmisión y otras características particulares del SARS-CoV-2 (por ej. en comparación con los virus de la influenza pandémica). Los empleadores que no se han preparado para eventos pandémicos deberían prepararse ellos mismos y a sus trabajadores con antelación, tanto y como sea posible por las condiciones potencialmente exacerbadas de un brote. La falta de continuidad en la planificación puede resultar en unas fallas en serie a medida que los empleadores intenten atender ante los retos del COVID-19, debido a contar con recursos insuficientes y trabajadores que podrían no estar adiestrados adecuadamente para trabajos que tendrían que realizar funciones bajo condiciones pandémicas.

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, sus siglas en inglés) desarrolló esta guía de planificación contra el COVID-19 basándose en prácticas tradicionales de higiene industrial y de prevención de infecciones. Se enfoca en la necesidad de que los empleadores implementen controles de ingeniería, administrativos y de prácticas de trabajo y el uso de equipo de protección personal (EPP), así como tomar las consideraciones para así hacerlo.

La intención de esta guía es que sea para propósitos de planificación. Los empleadores y trabajadores deben usar esta guía de planificación para ayudar a identificar los niveles de riesgo en los ambientes de los lugares de trabajo y para determinar las medidas de control que se deben implementar. Podría necesitarse alguna guía adicional a medida que cambien las condiciones en el brote de COVID-19, lo cual incluye toda nueva información sobre el virus, su transmisión e impacto.

Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos provee la información más reciente sobre el COVID-19 y el brote mundial: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov.

La página de OSHA en internet sobre COVID-19 ofrece información específicamente para los trabajadores y los empleadores: www.osha.gov/covid-19.

Esta guía es de naturaleza consultiva y de contenido informativo. No es una norma o reglamentación, ni crea nuevas obligaciones legales o altera las obligaciones existentes ya creadas por las normas de OSHA o de la *Ley de Seguridad y Salud Ocupacional* (Ley de OSHA). Según la Ley de OSHA, los empleadores deben cumplir con normas y reglamentos de seguridad y salud emitidos y regulados por OSHA o por un plan estatal aprobado por OSHA. Además, la Cláusula de Deber General, Sección 5(a)(1), requiere que los empleadores provean a sus empleados un lugar de trabajo libre de riesgos reconocidos que probablemente causen la muerte o daño físico grave. Los planes estatales aprobados por OSHA pueden tener normas, reglamentos y políticas de regulación de cumplimiento que sean diferentes, pero al menos tan efectivas, como las de OSHA. Verifique con su plan estatal, según sea aplicable, para más información.

Información del COVID-19

Síntomas del COVID-19

La infección con SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, puede causar afecciones que varían de moderadas a severas y, en algunos casos, pueden ser fatales. Los síntomas típicamente incluyen fiebre, tos y respiración entrecortada. Algunas personas infectadas con el virus han informado experimentar otros síntomas no respiratorios. Otras personas, a quienes se les refiere como *casos asintomáticos*, no han experimentado síntoma alguno.

De acuerdo al CDC, los síntomas de COVID-19 pueden aparecer en tan poco plazo como 2 días o tanto como 14 días luego de la exposición.

Cómo se propaga el COVID-19

Aunque los primeros casos humanos de COVID-19 probablemente fueron el resultado de una exposición a algún animal infectado, las personas infectadas pueden propagar el SARS-CoV-2 a otras personas.

Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona, incluyendo:

- Entre personas que están en estrecho contacto unas con otras (a menos de aproximadamente 6 pies entre sí).
- A través de las microgotas respiratorias producidas por una persona infectada al toser o estornudar. Estas microgotas pueden posarse sobre la boca o nariz de personas cercanas o posiblemente son inhaladas hacia los pulmones.

Los trabajos con riesgo medio de exposición incluyen aquellos que requieren contacto frecuente y/o cercano, o sea, dentro de los 6 pies de distancia de otras personas que pudieran estar infectadas con SARS-CoV-2.

Puede ser posible que una persona pueda contraer COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tiene SARS-CoV-2 en él y luego tocando su propia boca, nariz o posiblemente sus ojos, pero no se cree que esta sea la manera principal en que el virus se propaga.

Se cree que las personas pueden ser más contagiosas cuando sus síntomas están en auge (por ej. fiebre, tos y/o respiración entrecortada). Alguna propagación podría ser posible antes de que las personas mostraran síntomas; hay informes de este tipo de transmisión asintomática con este nuevo coronavirus, pero también se cree que no sería así como se propaga el virus principalmente.

Aunque Estados Unidos ha implementado medidas de salud pública para limitar la propagación del virus, es probable que ciertas transmisiones de persona a persona continúen ocurriendo.

La página del CDC en Internet provee la información más reciente sobre la transmisión del COVID-19: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission.html.

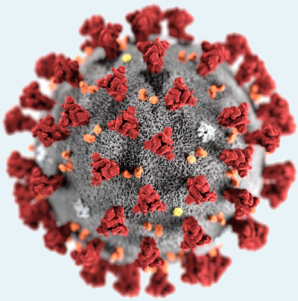
Cómo un brote de COVID-19 podría afectar los lugares de trabajo

De manera similar a los virus de influenza, el SARS-CoV-2, que es el virus que causa el COVID-19, tiene el potencial de causar brotes de gran amplitud. Bajo condiciones asociadas a la propagación generalizada de persona a persona, múltiples áreas de Estados Unidos y de otros países podrían ver impactos al mismo tiempo. A falta de una vacuna, un brote podría ser un evento prolongado. Como resultado, los lugares de trabajo podrían experimentar:

- **Ausentismo.** Los trabajadores podrían ausentarse por estar enfermos; ser quienes cuidan a parientes enfermos; ser cuidadores de niños si las escuelas o centros de cuido están

cerrados; tener personas en riesgo en sus hogares, como parientes con sistemas inmunológicos comprometidos; o que teman ir a trabajar por temor a una posible exposición.

- **Cambio en los patrones del comercio.** Es probable que la demanda de los consumidores por artículos relacionados con la prevención de infecciones (por ej. respiradores) aumentara significativamente, mientras que el interés de los consumidores por otros productos podría disminuir. Los consumidores también podrían cambiar sus patrones de compra debido a un brote de COVID-19, y tal vez intentarían comprar en horas de menor tráfico para reducir el contacto con otras personas, lo cual indicaría un mayor interés en servicios de entrega a domicilio o preferir otras opciones, como los servi-carro y reducir el contacto de persona a persona.
- **Interrupciones en el suministro/entrega.** Los envíos de artículos desde áreas geográficas afectadas severamente por el COVID-19 podrían retrasarse o cancelarse con o sin notificación previa.



Esta ilustración, creada en los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC), revela la morfología ultraestructural exhibida por el Nuevo Coronavirus de 2019 (2019 nCoV). Note los picos que adornan la superficie exterior del virus, que le imparten el aspecto de una corona rodeando el virión (virus), cuando se observa microscópicamente. Este virus fue identificado como la causa de un brote de enfermedad respiratoria detectado inicialmente en Wuhan, China.

Foto: CDC / Alissa Eckert & Dan Higgins

Pasos que todos los empleadores pueden tomar para reducir el riesgo de exposición de los trabajadores al SARS-CoV-2

Esta sección describe los pasos básicos que todo empleador puede tomar para reducir el riesgo de exposición de los trabajadores al SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, en sus lugares de trabajo. Secciones posteriores de esta guía—incluyendo aquellas que se enfocan en trabajos clasificados con riesgos de exposición bajos, medios, altos y muy altos—proveen recomendaciones específicas para los empleadores y trabajadores según las categorías específicas de los riesgos.

Desarrollar un plan de preparación y respuesta contra enfermedades infecciosas

De no existir uno, desarrollar un plan de preparación y respuesta contra enfermedades infecciosas que pueda ayudar a guiar las acciones de protección contra el COVID-19.

Mantenerse informado de lo más reciente en las guías de agencias de salud federales, estatales, locales, tribales y/o territoriales y considerar cómo incorporar esas recomendaciones y recursos en los planes específicos del lugar de trabajo.

Los planes deben considerar y atender el nivel de riesgo asociado con varios lugares de trabajo y tareas de trabajo que los empleados realizan en esos lugares. Tales consideraciones podrían incluir:

- Dónde, cómo y a cuáles fuentes de SARS-CoV-2 podrían estar expuestos los trabajadores, incluyendo:
  - El público en general, clientes y compañeros de trabajo; y
  - Personas individuales o aquellas en un riesgo de infección particularmente alto (por ej. viajeros internacionales que han visitado lugares donde existe

una transmisión generalizada sostenida (continua) del COVID-19, trabajadores del cuidado de la salud que han tenido exposiciones sin protección a personas que portan o se sospecha que portan el COVID-19).

- Factores de riesgo no ocupacionales en el hogar y en ambientes comunitarios.
- Los factores de riesgo individual de los trabajadores (por ej. mayor edad, presencia de condiciones médicas crónicas, incluyendo condiciones que comprometan el sistema inmunológico; embarazo).
- Los controles necesarios para atender esos riesgos.

Seguir las recomendaciones federales y estatales, locales, tribales y/o territoriales respecto al desarollo de planes de contingencia para situaciones que pudieran surgir como resultado de los brotes, por ejemplo:

- Mayores índices de ausentismo entre los trabajadores.
- Necesidad de un distanciamiento social, turnos de trabajo escalonados, reducción en las operaciones, prestación de servicios a distancia y otras medidas reductoras de la exposición.
- Opciones para realizar operaciones esenciales con una menor fuerza laboral, incluyendo capacitación en múltiples áreas de diferentes trabajos para continuar operaciones o prestar servicios en aumento.
- Interrupción en las cadenas de suministro o retraso en las entregas.

Los planes también deben considerar y atender los otros pasos que los empleadores pueden tomar para reducir el riesgo de exposición de los trabajadores al SARS-CoV-2 en sus lugares de trabajo, descritos en las secciones siguientes.

Prepararse para implementar medidas básicas de prevención de infecciones

Para la mayoría de los empleadores, la protección de los trabajadores dependerá de enfatizar las medidas básicas de prevención de infecciones. Según sea pertinente, todos los empleadores deben implantar en sus lugares de trabajo unas buenas prácticas de higiene y control de infecciones, incluyendo:

- Promover el lavado de manos frecuente y exhaustivo, incluyendo que se provea a los trabajadores, clientes y visitantes del lugar de trabajo un lugar para lavarse las manos. Si agua y jabón no están disponibles de inmediato, proveer toallitas de mano que contengan al menos un 60% de alcohol.
- Alentar que los trabajadores permanezcan en sus hogares si están enfermos.
- Alentar buenos hábitos respiratorios, incluyendo cubrirse la boca al toser y estornudar.
- Proveer papel higiénico y depósitos para la basura.
- Los empleadores deben explorar si pueden establecer políticas y prácticas, como la flexibilidad para el lugar de trabajo (por ej. trabajos desde la casa) y en el horario de trabajo (por ej. turnos de trabajo escalonados) a fin de aumentar la distancia física entre los trabajadores, y entre los trabajadores y otras personas si las autoridades de salud estatales y locales recomiendan el uso de estrategias de distanciamiento social.
- Desalentar, en cuanto sea posible, que los trabajadores utilicen los teléfonos, escritorios, oficinas u otras herramientas y equipo de trabajo de sus compañeros de labores.
- Conservar de manera regular las prácticas de limpieza de mantenimiento, incluyendo la limpieza y desinfección rutinaria de las superficies, equipo y otros elementos del ambiente de trabajo. Al optar por el uso de químicos de limpieza, los empleadores deben consultar la información en las etiquetas de desinfectantes aprobados por la Agencia de Protección Ambiental (EPA) con garantía de que son efectivos contra los patógenos virales emergentes.

Los productos con garantía de ser aprobados por EPA para contrarrestar patógenos virales emergentes se espera que sean efectivos contra el SARS-CoV-2 a base de datos sobre virus que son más difíciles de eliminar. Se deben seguir las instrucciones del manufacturero para el uso de todo producto de limpieza y desinfección (por ej. concentración, método de aplicación y tiempo de contacto, equipo de protección personal con el que se deben usar).

Desarrollar políticas y procedimientos para la pronta identificación y aislamiento de las personas enfermas, de ser pertinente

- La rápida identificación y aislamiento de los individuos potencialmente infecciosos es un paso crucial en la protección de los trabajadores, clientes, visitantes y otras personas en un lugar de trabajo.
- Los empleadores deben informar y alentar a los trabajadores a monitorearse por sí mismos para verificar si presentan señales y síntomas del COVID-19 y de sospechar alguna posible exposición.
- Los empleadores deben desarrollar políticas y procedimientos para que los trabajadores informen cuándo están enfermos o están experimentando síntomas del COVID-19.
- Cuando sea pertinente, los empleadores deben desarrollar políticas y procedimientos para aislar inmediatamente a las personas que muestran señales y/o síntomas del COVID-19 y adiestrar los trabajadores para implementarlos. Trasladar a las personas potencialmente infecciosas a una ubicación apartada de los trabajadores, clientes y otros visitantes. Aunque la mayoría de los lugares de trabajo no tienen cuartos de aislamiento específicos, unas áreas designadas con puertas con cierre pueden usarse como cuartos de aislamiento hasta que las personas potencialmente enfermas puedan ser retiradas del lugar de trabajo.
- Tomar pasos para limitar la propagación de las secreciones respiratorias de una persona que pudiera portar el COVID-19. Proveer una máscara facial, de ser viable y estar disponible, y pedir a la persona que la utilice, si

puede tolerar su uso. Nota: una máscara facial (también conocida como una máscara quirúrgica, mascarilla o con otros términos) en un paciente no debe confundirse con equipo de protección personal (EPP) destinado para los trabajadores; la máscara actúa para contener las secreciones respiratorias potencialmente infecciosas en su origen (por ej. nariz y boca de la persona).

- De ser posible, aislar a las personas sospechosas de portar el COVID-19 separadas de aquellos en quienes se haya confirmado que tienen el virus para prevenir una mayor transmisión—particularmente en lugares de trabajo donde se lleva a cabo cernimiento médico, triaje o actividades del cuidado de la salud, utilizando barreras permanentes (por ej. pared, cuarto diferente) o barreras temporeras (por ej. cubiertas de plástico).
- Limitar la cantidad de personal que puede entrar a las áreas de aislamiento.
- Proteger los trabajadores que están en contacto cercano con (por ej. a menos de 6 pies de distancia) de alguna persona enferma o que ha tenido contacto prolongado/repetido con tales personas mediante el uso de controles adicionales de ingeniería y administrativos, prácticas de trabajo seguras y EPP. Los trabajadores cuyas actividades conllevan un contacto cercano o prolongado/repetido con personas enfermas, son contemplados en secciones posteriores que cubren a los lugares de trabajo clasificados con riesgo de exposición medio y muy alto o alto.

Desarrollar, implementar y comunicar las flexibilidades y protecciones del lugar de trabajo

- Alentar de manera activa, que los empleados trabajadores permanezcan en sus hogares.
- Asegurarse de que las políticas de licencia por enfermedad sean flexibles y consistentes con las guías de salud pública y que los trabajadores tengan conocimiento de estas políticas.

- Dialogar con las compañías que proveen trabajadores por contrato o temporeros sobre la importancia de que los trabajadores enfermos permanezcan en sus hogares y alentarlas a desarrollar políticas de licencia por enfermedad que no sean punitivas.
- No requerir que un proveedor del cuidado de la salud provea una nota a los trabajadores que están enfermos con alguna afección respiratoria aguda para validar su enfermedad o para regresar al trabajo, ya que las oficinas de los proveedores del cuidado de la salud y las instalaciones médicas podrían estar extremadamente ocupadas y podrían no ser capaces de proveer tal documentación de manera puntual.
- Mantener políticas flexibles que permitan a los trabajadores permanecer en sus hogares para cuidar de algún pariente enfermo. Los empleadores deben tener en cuenta que un número de trabajadores mayor a lo usual podrían necesitar permanecer en sus hogares para cuidar niños enfermos o algún otro pariente enfermo.
- Reconocer que los trabajadores con parientes enfermos tal vez necesiten permanecer en sus hogares para cuidar de ellos. Véase la guía provisional del CDC para prevenir la propagación del COVID-19 en los hogares y comunidades residenciales: www.cdc.gov/coronavirus/2019ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html.
- Tener conocimiento de las preocupaciones de los trabajadores sobre la paga, licencias, seguridad, salud y otros asuntos que pudieran surgir durante brotes de enfermedades infecciosas. Proveer materiales informativos, de educación y adiestramiento adecuados, utilizables y apropiados sobre las funciones de trabajo esenciales para los negocios y sobre la seguridad y salud de los trabajadores, incluyendo las prácticas de higiene apropiadas y el uso de cualquier control en el lugar de trabajo (incluyendo equipo de protección personal). Los trabajadores informados que se sienten seguros en el trabajo tienen menor probabilidad de estar ausentes innecesariamente.

- Trabajar con las compañías de seguros (por ej. aquellas que proveen beneficios de salud para los trabajadores) y las agencias de salud estatales y locales para proveer información a los trabajadores y los clientes sobre el cuidado médico en la eventualidad de un brote de COVID-19.

Implementar controles en el lugar de trabajo

Los profesionales de la seguridad y salud ocupacional utilizan un esquema de trabajo conocido como la "jerarquía de controles" a fin de seleccionar maneras para controlar los riesgos en el lugar de trabajo. En otras palabras, la mejor manera de controlar un riesgo es removerlo sistemáticamente del lugar de trabajo, en lugar de confiar en que los trabajadores reduzcan su exposición. Durante un brote de COVID-19, cuando podría no ser posible eliminar el riesgo, las medidas de protección más efectivas son (listadas desde la más efectiva hasta la menos efectiva): controles de ingeniería, controles administrativos y prácticas de trabajo seguras (un tipo de control administrativo) y el EPP. Existen ventajas y desventajas para cada tipo de medida de control cuando se considera la facilidad de su implementación, efectividad, y costo. En la mayoría de los casos, una combinación de las medidas de control será necesaria para proteger los trabajadores contra la exposición al SARS-CoV-2.

Además de los tipos de controles del lugar de trabajo discutidos más adelante, la guía del CDC para negocios provee a los empleadores y trabajadores unas estrategias recomendadas de prevención de infección del SARS-CoV-2 para ser implementadas en los lugares de trabajo: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-business-response.html.

Controles de ingeniería

Los controles de ingeniería conllevan aislar a los trabajadores de los riesgos relacionados con el trabajo. En los lugares de trabajo donde sean pertinentes, estos tipos de controles reducen la

exposición a los riesgos sin recurrir al comportamiento de los trabajadores y puede ser la solución cuya implementación es más efectiva en términos de costos. Los controles de ingeniería para el SARS-CoV-2 incluyen:

- Instalar filtros de aire de alta eficiencia.
- Aumentar los índices de ventilación en el ambiente de trabajo.
- Instalar barreras físicas, como cubiertas protectoras plásticas transparentes contra estornudos.
- Instalar un servi-carro con ventanilla para el servicio al cliente.
- Ventilación especializada de presión negativa en algunos ambientes, como para los procedimientos generadores de aerosol (por ej. cuartos de aislamiento contra infecciones en aire en ambientes del cuidado de la salud y en cuartos de autopsia especializados en las morgues).

Controles administrativos

Los controles administrativos requieren acción por parte del trabajador o empleador. Típicamente, los controles administrativos son cambios en la política o procedimientos de trabajo para reducir o minimizar la exposición a un riesgo. Ejemplos de controles administrativos para el SARS-CoV-2 incluyen:

- Alentar los trabajadores enfermos a que permanezcan en sus hogares.
- Minimizar el contacto entre los trabajadores, clientes y personas atendidas sustituyendo las reuniones tradicionales por las comunicaciones virtuales e implementar el trabajo a distancia, de ser viable.
- Establecer días alternos o turnos de trabajo adicionales que reduzcan el número total de trabajadores en una instalación en un tiempo dado, permitiendo que los empleados puedan mantener una distancia entre sí a la vez que puedan conservar una semana completa de trabajo.

- Detener todo viaje no esencial a lugares con brotes de COVID-19 en progreso. Cotejar regularmente los niveles de advertencia de viajes del CDC en: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers.
- Desarrollar planes de comunicación de emergencia, incluyendo un foro para contestar las interrogantes de los trabajadores y comunicaciones a través de Internet, de ser viable.
- Proveer a los trabajadores educación y adiestramiento actualizados sobre los factores de riesgo del COVID-19 y comportamientos de protección (por ej. buenos hábitos al toser y el cuidado del EPP).
- Adiestrar a los trabajadores que necesitan usar vestimenta y equipo de protección sobre cómo colocárselo, utilizarlo y quitárselo de manera correcta, incluyendo el contexto de sus deberes actuales y potenciales. El material de adiestramiento debe ser fácil de entender y estar disponible en el idioma apropiado y nivel de alfabetismo de todos los trabajadores.

Prácticas de trabajo seguras

Las prácticas de trabajo seguras son tipos de controles administrativos que incluyen los procedimientos para un trabajo seguro y apropiado que se utilizan para reducir la duración, frecuencia o intensidad de la exposición a un riesgo. Ejemplos de prácticas de trabajo seguras para el SARS-CoV-2 incluyen:

- Proveer recursos y un ambiente de trabajo que promueva la higiene personal. Por ejemplo, proveer papel higiénico, depósitos para la basura que no tengan que tocarse, jabón de mano, toallitas de mano con al menos 60% de alcohol, desinfectantes y toallas desechables para que los trabajadores limpien sus superficies de trabajo.
- Requerir el lavado regular de las manos o el uso de toallitas a base de alcohol. Los trabajadores siempre deben lavarse las manos cuando tengan suciedad visible y luego de quitarse cualquier equipo de protección personal (EPP).
- Colocar rótulos de lavado de manos en los baños.

Equipo de protección personal (EPP)

Mientras que los controles de ingeniería y administrativos se consideran más efectivos para minimizar la exposición a SARS-CoV-2, el EPP también puede ser necesario para prevenir ciertas exposiciones. Aunque el uso correcto del EPP puede ayudar a prevenir algunas exposiciones, no debe tomar el lugar de otras estrategias de prevención.

Ejemplos de EPP incluyen: guantes, gafas, escudos faciales, mascaras faciales y protección respiratoria, cuando sea pertinente. Durante el brote de una enfermedad infecciosa, como el COVID-19, las recomendaciones de EPP específicas a las ocupaciones o tareas de trabajo pueden cambiar, dependiendo de la ubicación geográfica, las evaluaciones de riesgo actualizadas para los trabajadores y la información sobre la efectividad del EPP en la prevención de la propagación del COVID-19. Los empleadores deben verificar las páginas en Internet de OSHA y el CDC regularmente para las actualizaciones sobre el EPP recomendado.

Todos los tipos de EPP deben:

- Seleccionarse a base del riesgo para el trabajador.
- Ajustarse apropiadamente y reajustarse periódicamente, según sea aplicable (por ej. los respiradores).
- Usarse de manera consistente y apropiada cuando sea requerido.
- Inspeccionarse y recibir mantenimiento regularmente, y ser reemplazado, de ser necesario.
- Removerse, limpiarse y almacenarse o desecharse de manera apropiada, según sea aplicable, para evitar la contaminación del usuario, de otros, o el ambiente.

Los empleadores están obligados a proveer a sus trabajadores el EPP necesario para mantenerlos seguros mientras realizan sus trabajos. Los tipos de EPP requeridos durante un brote de COVID-19 se basará en el riesgo de ser infectado con SARS-CoV-2 mientras se trabaja y se realizan tareas de trabajo que pudieran resultar en una exposición.

Los trabajadores, incluyendo aquellos que trabajan a menos de 6 pies de pacientes que se conozca o se sospecha que están infectados con SARS-CoV-2 y aquellos que realizan procedimientos generadores de aerosol, necesitan usar respiradores:

- Aprobados por el Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH, por sus siglas en inglés), respiradores de pieza facial N95 o de mayor filtrado deben usarse en el contexto de un programa escrito integral de protección respiratoria que incluya pruebas de ajuste, adiestramiento y exámenes médicos. Véase la norma de protección respiratoria de OSHA, 29 CFR 1910.134 en www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber/1910/1910.134.
- Cuando no estén disponibles los respiradores con pieza facial de filtrado N95, debe considerarse el uso de otros respiradores que provean mayor protección y mejoren la comodidad del trabajador. Otros tipos de respiradores aceptables incluyen: respiradores con pieza facial de filtrado R/P95, N/R/P99 o N/R/P100; un respirador elastomérico purificador de aire (por ej. de media cara o cara completa) con los filtros o cartuchos apropiados; respirador purificador de aire motorizado (PAPR, por sus siglas en inglés) con filtro de alta eficiencia en recolección de particulado (HEPA, por sus siglas en inglés); o respirador con suministro de aire (SAR, por sus siglas en inglés). Véase la guía de CDC/NIOSH para optimizar los suministros de respiradores en: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/respirators-strategy.
- Considerar el uso de PAPRs o SARs, que ofrecen mayor protección que los respiradores con pieza facial de filtrado, para cualquier operación o procedimiento de trabajo que probablemente genere aerosoles (por ej. procedimientos de inducción de tos, algunos procedimientos dentales, recopilación invasiva de especímenes, soplado de pipetas, agitación o giro de tubos, llenado de jeringuillas, centrífugas).

- Usar un respirador N95 quirúrgico cuando sea necesaria la protección respiratoria y la resistencia a la sangre y fluidos corporales.
- Los escudos faciales también pueden usarse encima de un respirador para prevenir la contaminación volúmica del respirador. Ciertos diseños de respiradores con protrusiones delanteras (estilo pico de pato) pueden ser difíciles de usar bajo un escudo facial. Asegurarse de que el escudo facial no previene el flujo de aire a través del respirador.
- Considerar los factores como la función, ajuste, habilidad para descontaminar, disposición y costo. El eTool de protección respiratoria de OSHA provee información básica sobre los respiradores, como requisitos médicos, mantenimiento y cuidado, pruebas de ajuste, programas escritos de protección respiratoria, y uso voluntario de los respiradores, que a los empleadores también podría ser de beneficio al adiestrar los trabajadores. El eTool se encuentra en: www.osha.gov/SLTC/etools/respiratory. También véase la guía de NIOSH para los respiradores en: www.cdc.gov/niosh/topics/respirators.
- El adiestramiento sobre los respiradores debe contemplar la selección, uso (incluyendo su colocación y remoción), disposición o desinfección apropiada, inspección para detectar daños, mantenimiento y las limitaciones del equipo de protección respiratoria. Puedes aprender más en: www.osha.gov/SLTC/respiratoryprotection.
- La forma apropiada del respirador dependerá del tipo de exposición y del patrón de transmisión del COVID-19. Véase el documento "Lógica en la selección de respiradores" (Respirator Selection Logic) de NIOSH en: www.cdc.gov/niosh/docs/2005-100/default.html o el eTool de protección respiratoria de OSHA (Respiratory Protection eTool) en www.osha.gov/SLTC/etools/respiratory.

Seguir las normas existentes de OSHA

Las normas existentes de OSHA pueden aplicar para proteger los trabajadores contra la exposición e infección del SARS-CoV-2.

Aunque no hay una norma de OSHA que cubra específicamente la exposición al SARS-CoV-2, algunos requisitos de OSHA pueden aplicar para prevenir la exposición ocupacional al SARS-CoV-2. Entre los más relevantes están:

- Las normas de OSHA para el equipo de protección respiratoria (EPP) (en industria general, 29 CFR 1910 Subparte I), que requieren el uso de guantes, protección de ojos y cara y protección respiratoria. Véase: www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber/1910#1910_Subpart_I.
  - Cuando los respiradores son necesarios para proteger los trabajadores o cuando los empleadores requieren el uso de respiradores, los empleadores deben implementar un programa integral de protección respiratoria en conformidad con la norma de protección respiratoria (29 CFR 1910.134). Véase: www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber/1910/1910.134.
- La Cláusula de Deber General, Sección 5(a)(1) de la Ley de Seguridad y Salud Ocupacional de 1970, 29 USC 654(a)(1), la cual requiere que los empleadores provean a todo trabajador "un trabajo y lugar de trabajo que esté libre de riesgos reconocidos que estén causando o probablemente causen la muerte o serio daño físico". Véase: www.osha.gov/laws-regs/oshact/completeoshact.

La norma de OSHA para patógenos en sangre (29 CFR 1910.1030) aplica a la exposición ocupacional a la sangre humana y otros materiales potencialmente infecciosos que típicamente no incluyen secreciones respiratorias que podrían transmitir el SARS-CoV-2. Sin embargo, las disposiciones de la norma ofrecen un esquema de trabajo que puede ayudar a controlar algunas fuentes del virus, incluyendo exposiciones a fluidos corporales (por ej. secreciones respiratorias) no cubiertas por la norma. Véase: www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber/1910/1910.1030.

La página de OSHA en Internet sobre el COVID-19 provee información adicional sobre las normas y requisitos de OSHA, incluyendo los requisitos en los estados que operan sus propios planes estatales aprobados por OSHA, requisitos

para la conservación de expedientes y criterios de registro de lesiones/enfermedades y las aplicaciones de las normas relacionadas con la higienización y la comunicación de riesgos relacionados con los riesgos químicos que podrían estar presentes en desinfectantes y esterilizadores comunes. Véase: www.osha.gov/SLTC/covid-19/standards.html.

Clasificando la exposición de los trabajadores al SARS-CoV-2

El riesgo de los trabajadores por la exposición ocupacional al SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, durante un brote podría variar de un riesgo muy alto a uno alto, medio o bajo (de precaución). El nivel de riesgo depende en parte del tipo de industria, la necesidad de contacto a menos de 6 pies de personas que se conoce o se sospecha que estén infectadas con el SARS-CoV-2, o el requerimiento de contacto repetido o prolongado con personas que se conoce o se sospecha que estén infectadas con el SARS-CoV-2. Para ayudar a los empleadores a determinar las precauciones apropiadas, OSHA ha dividido las tareas de trabajo en cuatro niveles de exposición a riesgo: muy alto, alto, medio y bajo. La Pirámide de riesgo ocupacional muestra los cuatro niveles de exposición a riesgo en la forma de una pirámide para representar la distribución probable del riesgo. La mayoría de los trabajadores norteamericanos probablemente estarán en los niveles de riesgo de exposición bajo (de precaución) o medio.

Pirámide de riesgo ocupacional para el COVID-19

Riesgo muy alto de exposición

Los trabajos con *riesgo muy alto de exposición* son aquellos con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19 durante procedimientos médicos específicos, trabajos mortuorios o procedimientos de laboratorio. Los trabajadores en esta categoría incluyen:

- Trabajadores del cuidado de la salud (por ej. doctores, enfermeras(os), dentistas, paramédicos, técnicos de emergencias médicas) realizando procedimientos generadores de aerosol (por ej. entubación, procedimientos de inducción de tos, broncoscopias, algunos procedimientos y exámenes dentales o la recopilación invasiva de especímenes) en pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19.
- Personal del cuidado de la salud o de laboratorio recopilando o manejando especímenes de pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19 (por ej. manipulación de cultivos de muestras de pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19).
- Trabajadores de morgues que realizan autopsias, lo cual conlleva generalmente procedimientos generadores de aerosol, en los cuerpos de personas que se conoce o se sospecha que portaban el COVID-19 al momento de su muerte.

Los trabajos con un riesgo alto de exposición son aquellos con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19.

Los trabajos con riesgo muy alto de exposición son aquellos con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19 durante procedimientos médicos, mortuorios o de laboratorio específicos que involucren la generación de aerosol o la recopilación/manejo de especímenes.

Riesgo alto de exposición

Los trabajos con *riesgo alto de exposición* son aquellos con un alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19. Los trabajadores en esta categoría incluyen:

- Personal de apoyo y atención del cuidado de la salud (por ej. doctores, enfermeras(os) y algún otro personal de hospital que deba entrar a los cuartos de los pacientes) expuestos a pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. (Nota: cuando estos trabajadores realizan procedimientos generadores de aerosol, su nivel de riesgo de exposición se convierte se hace *muy alto*.)
- Trabajadores de transportes médicos (por ej. operadores de ambulancias) que trasladan pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19 en vehículos encerrados.
- Los trabajadores mortuorios involucrados en la preparación (por ej. para entierro o cremación) de los cuerpos de personas que se conoce o se sospecha que portaban el COVID-19 al momento de su muerte.

Riesgo medio de exposición

Los trabajos con *riesgo medio de exposición* incluyen aquellos que requieren un contacto frecuente y/o cercano (por ej. menos de 6 pies de distancia) con personas que podrían estar infectadas con el SARS-CoV-2, pero que no son pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. En áreas con una transmisión comunitaria en progreso, los trabajadores en este grupo de riesgo podrían tener contacto frecuente con viajeros que podrían estar regresando de lugares internacionales donde exista una transmisión generalizada del COVID-19. En áreas donde con una transmisión comunitaria en progreso, los trabajadores en esta categoría podrían estar en contacto con el público en general (por ej. en escuelas, ambientes de trabajo de alta densidad poblacional y algunos ambientes de alto volumen comercial).

Riesgo bajo de exposición (de precaución)

Los trabajos con un *riesgo de exposición bajo (de precaución)* son aquellos que no requieren contacto con personas que se conoce o se sospecha que están infectados con el SARS-CoV-2 ni tienen contacto cercano frecuente (por ej. menos de 6 pies de distancia) con el público en general. Los trabajadores en esta categoría tienen un contacto ocupacional mínimo con el público y otros compañeros de trabajo.

Trabajos clasificados con un riesgo bajo de exposición (de precaución): qué hacer para proteger los trabajadores

Para trabajadores que no tienen contacto frecuente con el público, los empleadores deben seguir la guía de "Pasos que todos los empleadores pueden tomar para reducir el riesgo de exposición de los trabajadores al SARS-CoV-2" en la página 8 de este folleto e implementar las medidas de control descritas en esta sección.

Controles de ingeniería

Controles de ingeniería adicionales no son recomendados para los trabajadores en el grupo con riesgo de exposición bajo. Los empleadores deben asegurarse de que los controles de ingeniería, si alguno, utilizados para proteger los trabajadores contra otros riesgos de trabajo continúen funcionando según su propósito.

Controles administrativos

- Monitorear las comunicaciones de salud pública sobre las recomendaciones relacionadas al COVID-19 y asegurarse que los trabajadores tengan acceso a esa información. Verificar con frecuencia la página del CDC en Internet sobre el COVID-19: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov.
- Colaborar con los trabajadores para designar medios efectivos de comunicar información importante sobre el COVID-19.

Equipo de protección personal

No se recomienda equipo de protección personal (EPP) adicional para los trabajadores en el grupo de riesgo de exposición bajo. Los trabajadores deben continuar utilizando el EPP, si alguno, que rutinariamente utilicen para sus otras tareas de trabajo.

Trabajos clasificados con un riesgo medio de exposición: qué hacer para proteger los trabajadores

En los lugares de trabajo donde los trabajadores tienen un riesgo medio de exposición, los empleadores deben seguir la guía "Pasos que todos los empleadores pueden tomar para reducir el riesgo de exposición de los trabajadores al SARS-CoV-2" en la página 8 de este folleto e implementar las medidas de control descritas en esta sección.

Controles de ingeniería

- Instalar barreras físicas, como cubiertas protectoras plásticas transparentes contra estornudos, cuando sea viable.

Controles administrativos

- Considerar que se repartan máscaras faciales a todos los empleados y clientes enfermos para contener las secreciones respiratorias hasta que abandonen el lugar de trabajo (por ej. para evaluaciones médicas/cuidados médicos o para regresar al hogar). En caso de una escasez de máscaras, algún escudo facial reusable que pueda descontaminarse podría ser un método aceptable para proteger contra la transmisión de microgotas. Véase la guía de CDC/NIOSH para optimizar los suministros de respiradores, donde se discute el uso de máscaras quirúrgicas, en: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/respirators-strategy.
- Mantener a los clientes informados sobre los síntomas del COVID-19 y pedir a los clientes enfermos que minimicen el contacto con los trabajadores hasta que estén saludables

nuevamente, como, por ejemplo, colocando rótulos sobre el COVID-19 en tiendas que pudieran ser visitadas por clientes enfermos (por ej. farmacias), o incluyendo información sobre el COVID19 en mensajes automáticos enviados cuando las recetas médicas estén listas para ser recogidas.

- Cuando sea pertinente, limitar el acceso de los clientes y el público al lugar de trabajo, o limitar el acceso a solamente ciertas áreas del lugar de trabajo.
- Considerar estrategias para minimizar el contacto cara a cara (por ej. servi-carros con ventanillas, comunicaciones por teléfono, trabajo a distancia).
- Comunicar la disponibilidad de cernimientos médicos u otros recursos de salud del trabajador (por ej. enfermeras(os) en el lugar de trabajo; servicios de telemedicina).

Equipo de protección personal (EPP)

Al seleccionar el EPP, considerar factores como la función, ajuste, habilidad de descontaminación, disposición y costo. Algunas veces, cuando el EPP tenga que ser utilizado repetidamente por un período prolongado de tiempo, un tipo de EPP más costoso y duradero puede ser de menor costo en general que un EPP desechable. Cada empleador debe seleccionar la combinación de EPP que proteja los trabajadores específicamente para sus lugares de trabajo.

Los trabajadores con un riesgo medio de exposición podrían necesitar el uso de una combinación de guantes, traje, máscara facial, y/o escudo facial o gafas. Los conjuntos de EPP para los trabajadores en la categoría de riesgo medio de exposición variarán por tarea de trabajo, los resultados de la evaluación de riesgos realizada por el empleador y los tipos de exposiciones que tengan los trabajadores en el trabajo.

En situaciones inusuales que requerirían que los trabajadores en esta categoría de riesgo usen respiradores, véase la sección de EPP comenzando en la página 17 de este folleto, donde se proveen más detalles sobre los respiradores. Para la información más actualizada, visite la página de OSHA en Internet SOBRE EL COVID-19: www.osha.gov/covid-19.

Trabajos clasificados con riesgo alto o muy alto de exposición: qué hacer para proteger a los trabajadores

En lugares de trabajo donde los trabajadores tengan un riesgo alto o muy alto de exposición, los empleadores deben seguir la guía "Pasos que todos los empleadores pueden tomar para reducir el riesgo de exposición de los trabajadores al SARS-CoV-2" en la página 8 de este folleto e implementar las medidas de control descritas en esta sección.

Controles de ingeniería

- Asegurarse que se instalen y reciban mantenimiento unos sistemas apropiados de manejo de aire en las instalaciones del cuidado de la salud. Véase "Guías para el control ambiental de infecciones en las instalaciones del cuidado de la salud" para más recomendaciones sobre los sistemas de manejo de aire en: www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5210a1.htm.
- El CDC recomienda que los pacientes que se conozca o se sospeche que porten el COVID-19 (por ej. persona bajo investigación) deben colocarse en un cuarto de aislamiento contra infecciones en aire (AIIR), de estar disponible.
- Usar cuartos de aislamiento, de estar disponibles, para realizar procedimientos generadores de aerosol en pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. Para actividades mortuorias, usar cuartos de autopsia u otras facilidades de aislamiento similares al realizar procedimientos generadores de aerosol en los cuerpos de personas que se conoce o se sospecha que portaban el COVID-19 al momento de su muerte. Véase la guía mortuoria del CDC en: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-postmortem-specimens.html. OSHA también provee una guía para las actividades mortuorias en su página de COVID-19 en Internet: www.osha.gov/covid-19.
- Usar precauciones especiales asociadas con un nivel 3 de bioseguridad al manejar especímenes de pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. Para más

información sobre los niveles de bioseguridad, consultar el documento “Bioseguridad en los laboratorios microbiológios y biomédicos” (Biosafety in Microbiological and Biomedical Laboratories) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de los Estados Unidos, en: www.cdc.gov/biosafety/publications/bmbl5.

Controles administrativos

De trabajar en una instalación del cuidado de la salud, seguir las guías existentes y los estándares de la instalación sobre las prácticas para identificar y aislar individuos infectados y para proteger a los trabajadores.

- Desarrollar e implementar políticas para reducir la exposición, como las cohortes (por ej. agrupaciones) de los pacientes de COVID-19 cuando cuartos individuales no estén disponibles.
- Colocar rótulos con los que se pide a los pacientes y sus parientes a informar inmediatamente los síntomas de afecciones respiratorias al llegar a la instalación del cuidado de la salud y utilizar mascarillas desechables.
- Considerar que se realice un monitoreo medico más detallado a los trabajadores durante los brotes de COVID-19.
- Proveer a todos los trabajadores una educación y adiestramiento especificado según su trabajo acerca de cómo prevenir la transmisión del COVID-19, incluyendo adiestramientos iniciales y de rutina/repaso.
- Garantizar la disponibilidad de apoyo psicológico y de la conducta para atender las tensiones de los empleados.

Prácticas de trabajo seguras

- Proveer toallitas de mano con al menos 60% de base de alcohol a los respondedores de emergencia y otros integrantes de personal esencial que pudieran estar expuestos mientras trabajan fuera de instalaciones fijas para descontaminarse en el campo.

Equipo de protección personal (EPP)

La mayoría de los trabajadores con riesgo alto o muy alto de exposición probablemente necesiten usar guantes, un traje, escudo facial o gafas y una máscara facial o un respirador, dependiendo de sus tareas de trabajo y riesgos de exposición.

Aquellos que trabajen de manera cercana (en contracto o a menos de 6 pies de distancia) con pacientes que se conoce o se sospecha que están infectados con el SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, deben usar respiradores. En estos casos, véase la sección de EPP que comienza en la página 17 de este folleto, donde se proveen más detalles sobre los respiradores. Para la información más actualizada, también visite la página de OSHA en Internet sobre el COVID-19: www.osha.gov/covid-19.

Los conjuntos de EPP pueden variar, especialmente para los trabajadores en laboratorios o instalaciones mortuorias/de morgues que podrían necesitar protección adicional contra sangre, fluidos corporales, químicos y otros materiales a los cuales podrían estar expuestos. EPP adicional podría incluir trajes médicos/quirúrgicos, mamelucos resistentes a fluidos, delantales o alguna otra vestimenta de protección desechable o reusable. Los trajes deben ser lo suficientemente grandes para cubrir las áreas que requieran protección. OSHA también puede proveer una guía actualizada sobre el EPP en su página en Internet: www.osha.gov/covid-19.

NOTA: Los trabajadores que disponen del EPP y otros desperdicios infecciosos también deben ser adiestrados y ser provistos de EPP apropiado.

La página del CDC en Internet: “Infecciones asociadas con el cuidado de la salud (Healthcare-associated Infections) (www.cdc.gov/hai) provee información adicional sobre el control de infecciones en las instalaciones del cuidado de la salud.

Trabajadores que viven en el extranjero o viajan internacionalmente

Los empleadores con trabajadores que viven en el extranjero o están en viajes de negocios internacionales deben consultar la sección "Viajeros de negocios" (Business Travelers) de la página de OSHA en Internet sobre el COVID-19 (www.osha.gov/covid-19), que también provee enlaces a lo más reciente:

- Advertencias de viaje del CDC: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers
- Avisos de viaje del Departamento de Estado de los Estados Unidos (DOS, por sus siglas en inglés): travel.state.gov

Los empleadores deben comunicar a los trabajadores que el DOS no puede proveer medicamentos o suministros a los norteamericanos que viajan o viven en el extranjero, aún en caso de un brote de COVID-19.

A medida que cambian las condiciones del brote de COVID-19, viajar hacia o desde un país podría no ser posible, seguro o médicamente aconsejable. También es probable que los gobiernos respondan a un brote del COVID-19 con la imposición de medidas de salud pública que limiten los traslados domésticos e internacionales, limiten aún más la habilidad del gobierno de Estados Unidos para ayudar a los norteamericanos en esos países. Es importante que los empleadores y trabajadores planifiquen apropiadamente, ya que es posible que estas medidas serán implementadas muy rápidamente en caso de que empeoren las condiciones del brote en ciertas áreas.

Puede encontrarse más información sobre la planificación contra el COVID-19 para trabajadores viviendo y viajando en el exterior en: www.cdc.gov/travel.

Para información adicional

Las agencias gubernamentales federales, estatales y locales son la mejor fuente de información en caso del brote de una enfermedad infecciosa, como el COVID-19. Mantenerse informado sobre los acontecimientos y recomendaciones más recientes es crucial, dado que las guías específicas podrían cambiar a base de las situaciones cambiantes en un brote en evolución.

A continuación, varias páginas en Internet recomendadas para acceder a la información más reciente y precisa:

- Página en Internet de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional: www.osha.gov
- Página en Internet de los Control y Prevención de Enfermedades (CDC): www.cdc.gov
- Página en Internet del Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional: www.cdc.gov/niosh

Asistencia, servicios y programas de OSHA

OSHA tiene información para ayudar a los empleadores en cumplir con sus responsabilidades bajo la Ley OSHA. Varios programas y servicios de OSHA pueden ayudar a empleadores a identificar y corregir peligros en el trabajo y también mejorar su programa de seguridad y salud.

Establecimiento de un programa de seguridad y salud

Los programas de seguridad y salud son sistemas que pueden reducir considerablemente el número y la gravedad de las lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo y, al mismo tiempo, disminuir los costos para los empleadores.

Visite www.osha.gov/safetymanagement, para más información.

Especialistas en la asistencia para el cumplimiento de la normativa

Los especialistas en la asistencia pueden ofrecer información y asistencia a empleadores y trabajadores sobre las normas de OSHA, programas educativos cortos sobre los riesgos específicos o derechos y responsabilidades bajo OSHA e información sobre recursos adicionales de asistencia para el cumplimiento.

Visite www.osha.gov/complianceassistance/cas o llame al 1-800-321-OSHA (6742) para comunicarse con la oficina de OSHA más cercana.

Servicios gratuitos de consultoría de seguridad y salud en el lugar de trabajo para pequeñas empresas

El programa de consultoría en el lugar de trabajo de OSHA ofrece asesoramiento gratuito y confidencial a empresas pequeñas y medianas en todos los estados y asigna prioridad a los lugares de trabajo con un elevado índice de riesgo. Los servicios de consultoría en el lugar de trabajo son diferentes de la acción de cumplimiento y no resultan en multas ni citaciones.

Para obtener más información o encontrar la oficina de consultoría local de su estado, visite: www.osha.gov/consultation o llame al 1-800-321-OSHA (6742).

Bajo el programa de consultoría, ciertos empleadores ejemplares pueden solicitar su participación en el **Programa de Reconocimiento de Logros en materia de Seguridad y Salud (SHARP, por sus siglas en inglés) de OSHA**. Los lugares de trabajo reconocidos por medio de este programa están exentos de inspecciones programadas durante el período de validez de la certificación expedida en el marco del programa.

Programas cooperativos

OSHA ofrece programas cooperativos en virtud de los cuales las empresas, los grupos sindicales y otras organizaciones pueden trabajar en cooperación con la agencia. Para más información sobre cualquiera de los siguientes programas, visite www.osha.gov/cooperativeprograms.

Asociaciones Estratégicas y Alianzas

Asociaciones Estratégicas de OSHA (OSHA Strategic Partnerships – OSP) ofrecen a OSHA una oportunidad de asociarse con empleadores, trabajadores, asociaciones profesionales, organizaciones sindicales, y/u otros miembros interesados. A través del Programa de Alianzas, OSHA trabaja con grupos para desarrollar herramientas y recursos de cumplimiento para compartir con trabajadores y empleadores, y educar a los trabajadores y empleadores sobre sus derechos y responsabilidades.

Programas Voluntarios de Protección (VPP, por sus siglas en inglés)

Estos programas premian a los empleadores y trabajadores del sector privado y de los organismos federales que han puesto en práctica programas eficaces de seguridad y salud y mantienen tasas de incidencia de lesiones y enfermedades inferiores al promedio nacional en sus respectivas industrias.

Cursos de Capacitación en Seguridad y Salud Ocupacional

OSHA colabora con 26 Institutos de Capacitación de OSHA situados en 37 localizaciones de los Estados Unidos para dar cursos sobre las normas de OSHA y asuntos de seguridad y salud ocupacional a miles de estudiantes cada año. Para más información sobre los cursos de capacitación, visite www.osha.gov/otiec.

Materiales educativos de OSHA

OSHA tiene materiales educativos para ayudar a los empleadores y trabajadores a encontrar y prevenir los riesgos en el lugar de trabajo.

Todas las publicaciones de OSHA son gratuitas en www.osha.gov/publications y www.osha.gov/ebooks. También puede llamar 1-800-321-OSHA (6742) para pedir publicaciones.

Los empleadores y profesionales de seguridad y salud pueden registrarse para recibir *QuickTakes*, un boletín en línea gratuito bimensual con las últimas noticias de las iniciativas y productos de OSHA, que ayudan a encontrar y prevenir los riesgos en el lugar de trabajo. Para registrarse, visite www.osha.gov/quicktakes.

Oficinas regionales de OSHA

Región 1
Oficina regional de Boston
(CT*, ME*, MA, NH, RI, VT*)
JFK Federal Building
25 New Sudbury Street, Room E340
Boston, MA 02203
(617) 565-9860 (617) 565-9827 Fax

Región 2
Oficina regional de Nueva York
(NJ*, NY*, PR*, VI*)
Federal Building
201 Varick Street, Room 670
New York, NY 10014
(212) 337-2378 (212) 337-2371 Fax

Región 3
Oficina regional de Filadelfia
(DE, DC, MD*, PA, VA*, WV)
The Curtis Center
170 S. Independence Mall West, Suite 740 West
Philadelphia, PA 19106-3309
(215) 861-4900 (215) 861-4904 Fax

Región 4
Oficina regional de Atlanta
(AL, FL, GA, KY*, MS, NC*, SC*, TN*)
Sam Nunn Atlanta Federal Center
61 Forsyth Street, SW, Room 6T50
Atlanta, GA 30303
(678) 237-0400 (678) 237-0447 Fax

Región 5
Oficina regional de Chicago
(IL*, IN*, MI*, MN*, OH, WI)
John C. Kluczynski Federal Building
230 South Dearborn Street, Room 3244
Chicago, IL 60604
(312) 353-2220 (312) 353-7774 Fax

Región 6
Oficina regional de Dallas
(AR, LA, NM*, OK, TX)
A. Maceo Smith Federal Building
525 Griffin Street, Room 602
Dallas, TX 75202
(972) 850-4145 (972) 850-4149 Fax

Región 7
Oficina regional de Kansas City
(IA*, KS, MO, NE)
Two Pershing Square Building
2300 Main Street, Suite 1010
Kansas City, MO 64108-2416
(816) 283-8745 (816) 283-0547 Fax

Región 8
Oficina regional de Denver
(CO, MT, ND, SD, UT*, WY*)
Cesar Chavez Memorial Building
1244 Speer Boulevard, Suite 551
Denver, CO 80204
(720) 264-6550 (720) 264-6585 Fax

Región 9
Oficina regional de San Francisco
(AZ*, CA*, HI*, NV*, y Samoa Estadounidense,
Guam y las Islas Marianas del Norte)
San Francisco Federal Building
90 7th Street, Suite 2650
San Francisco, CA 94103
(415) 625-2547 (415) 625-2534 Fax

Región 10
Oficina regional de Seattle
(AK*, ID, OR*, WA*)
Fifth & Yesler Tower
300 Fifth Avenue, Suite 1280
Seattle, WA 98104
(206) 757-6700 (206) 757-6705 Fax

*Estos estados y territorios tienen sus propios planes de seguridad y salud ocupacionales aprobados por OSHA y cubren a todos los trabajadores de los gobiernos estatales y municipales, así como a los trabajadores del sector privado. Los programas de Connecticut, Illinois, Maine, Nueva Jersey, Nueva York y las Islas Vírgenes abarcan únicamente a los trabajadores del sectór públicos. (Los trabajadores del sector privado en dichos estados están cubiertos por la oficina federal de OSHA.) Los estados con programas aprobados deben tener normas que sean idénticas o que, como mínimo, tengan el mismo nivel de eficacia que las normas federales de OSHA.

Nota: Para obtener la información de contacto de las oficinas regionales de OSHA, los planes estatales aprobados por OSHA y los programas de consulta en el lugar de OSHA, visite www.osha.gov o llame al 1-800-321-OSHA (6742).

Cómo contactar a OSHA

Bajo la Ley de Seguridad y Salud Ocupacional de 1970, los empleadores son responsables de brindar un lugar de trabajo seguro y saludable para sus trabajadores. El papel de OSHA es de ayudar en asegurar estas condiciones para los trabajadores en los EE.UU. a través del establecimiento y la aplicación de normas, y proporcionando entrenamiento, educación y asistencia. Para más información, visite www.osha.gov o llame a OSHA al 1-800-321-OSHA (6742), TTY 1-877-889-5627.

Si necesita ayuda, contáctenos.
Somos OSHA. Podemos ayudarlo.

OSHA®
www.osha.gov

Departamento del Trabajo
de los EE. UU.

Para más información:

OSHA® Administración de Seguridad y Salud Ocupacional

www.osha.gov (800) 321-OSHA (6742)