



GUÍA DE AUTOEVALUACIÓN DE COVID-19 PARA PERSONAL (EMPLEADOS, CONTRATISTAS, VOLUNTARIOS)

Actualizado el 5 de junio de 2020

INTRODUCCIÓN

Hay una importante transmisión comunitaria de COVID-19 dentro del Condado de Alameda. La orden de refugio designado en el Condado de Alameda requiere que los residentes se queden en casa lo más posible; que se cubran la cara; que se laven las manos con frecuencia; que se queden en casa cuando se sientan enfermos; que se hagan la prueba si están expuestos; y que sigan las otras precauciones que han ayudado a nuestra región a lograr un progreso tan sobresaliente para frenar la propagación de COVID-19.

El funcionario de salud del Condado de Alameda está rastreando cuidadosamente los datos relacionados con la propagación de COVID-19 en nuestro condado y está tomando un enfoque medido para reabrir negocios y actividades.

Para obtener información sobre las órdenes de los funcionarios de salud del condado, ingrese [aquí](#). Para obtener una lista de los negocios y las actividades que se pueden reabrir en el Condado de Alameda, ingrese [aquí](#).

LA RESPONSABILIDAD DE SU EMPLEADOR

Los negocios autorizados a reabrir en el Condado de Alameda deben crear un plan de protección específico del sitio que detalle cómo se evitará y controlará la transmisión de COVID-19. El plan requerido se encuentra [aquí](#). Como parte de ese plan, los empleadores deben proporcionar capacitación a los empleados y voluntarios sobre cómo limitar la propagación del virus, incluida la forma de detectar síntomas o posible exposición.

SU RESPONSABILIDAD

El fin de este documento es explicar al personal (empleados, contratistas, voluntarios) de negocios esenciales y otros negocios autorizados a operar los requisitos para evaluar si han estado expuestos o tienen síntomas de COVID-19.

Cada día que trabaje, debe responder las preguntas en la autoevaluación, y se le puede solicitar que brinde las respuestas a su empleador antes de comenzar su turno en persona o por teléfono u otros medios electrónicos.

Si respondió **Sí** a cualquiera de las preguntas en la autoevaluación, debe informar a su empleador y **no ir a trabajar**. Póngase en contacto con su proveedor de atención médica habitual para obtener más consejos. Si no tiene un proveedor de atención médica, o para obtener más información sobre las pruebas de COVID-19 y qué hacer si tiene COVID-19, ingrese [aquí](#).

RECURSOS PARA EMPLEADOS

Si usted o alguien en su hogar se ven afectados por COVID-19, puede ser elegible para obtener beneficios y protecciones específicos, independientemente de la duración del empleo, el estado de inmigración u otros factores. Puede encontrar información y referencias sobre los derechos y las protecciones de los trabajadores, el tiempo libre con paga, la ayuda por desempleo y otra ayuda laboral relacionada con COVID-19 [aquí](#).

AUTOEVALUACIÓN DE COVID-19 DEL PERSONAL

PARTE 1: RESPONDA ESTAS PREGUNTAS

Debe responder a las siguientes preguntas antes de comenzar su trabajo. Es posible que deba proporcionar las respuestas en persona o por teléfono, correo electrónico u otros medios electrónicos al negocio antes del inicio de cada turno. Si alguna respuesta cambia mientras está en el trabajo, notifique inmediatamente a su supervisor por teléfono, correo electrónico o desde 6 pies de distancia y abandone el lugar de trabajo.

1. En los últimos 10 días, ¿le diagnosticaron COVID-19 o le hicieron una prueba para confirmar que tiene el virus?
 Sí No

2. ¿Vive en el mismo hogar o ha tenido contacto cercano* en los últimos 14 días con alguien que ha estado aislado por COVID-19 o ha tenido una prueba que confirma que tiene el virus?
 Sí No

3. ¿Ha tenido uno o más de estos síntomas hoy o en las últimas 24 horas, que sean nuevos o no se expliquen por una razón que no sea que posiblemente tiene COVID-19?
 - Fiebre, escalofríos o temblores repetidos
 - Tos
 - Dolor de garganta
 - Falta de aliento, dificultad para respirar
 - Sentirse inusualmente débil o fatigado
 - Pérdida del gusto o el olfato
 - Dolor muscular
 - Dolor de cabeza
 - Secreción nasal o congestión nasal
 - Diarrea
 - Náuseas y vómitos Sí No

*"Contacto cercano" se define como vivir en la misma casa, ser pareja íntima, ser cuidador o estar a menos de 6 pies por más de 15 minutos de un individuo que tiene COVID-19.

PARTE 2: PRÓXIMOS PASOS

- Si respondió **SÍ a la pregunta 1:** No vaya a trabajar.
Siga los pasos de aislamiento que se mencionan en: <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- Si respondió **SÍ a la pregunta 2:** No vaya a trabajar.
Siga los pasos de cuarentena que se mencionan en: <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- No regrese al trabajo si respondió **SÍ a las preguntas 1 y 2** hasta que cumpla con los criterios para regresar al trabajo que se mencionan en: <http://www.acphd.org/media/568880/acphd-covid-19-release-from-iso-or-quar-and-return-to-work-criteria-english.pdf>
- Si respondió **SÍ a la pregunta 3:** No vaya a trabajar.
Es posible que tenga COVID-19 y debe comunicarse con su médico para una revisión y recibir instrucciones adicionales. Su médico decidirá si debe hacerse la prueba de COVID-19. Si no tiene un médico, ingrese [aquí](#) para encontrar los lugares donde realizan pruebas de COVID-19 o siga la guía de regreso al trabajo [aquí](#).