



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

# Guía para proteger a los voluntarios contra el COVID-19 durante labores de respuesta y recuperación por un desastre natural

Documento guía

[aiha.org](https://www.aiha.org)

En colaboración con



National Institute of  
Environmental Health Sciences  
*Worker Training Program*

AIHA and NIEHS would like to thank the volunteers instrumental in developing this document: Amber Hogan Mitchell, DrPH, MPH, CPH; Sharon D. Beard, NIEHS; Deborah Weinstock, NIEHS; Lisa Orloff, World Cares.

## En resumen

Este documento guía fue preparado para ofrecerle a usted, persona que trabaja como voluntario (sin pago), y que participa en labores de respuesta a un desastre natural, la información necesaria para protegerse del virus SARS-CoV-2 que causa la enfermedad COVID-19. Además, hemos incluido información sobre cómo operan las organizaciones de voluntarios durante las labores de respuesta para ayudarle a entender cómo son los sistemas de administración y organización que puede encontrar durante su labor. Los desastres naturales incluyen eventos de origen natural como huracanes, terremotos, tornados, inundaciones e incendios, así como peligros que tienen su origen en la actividad humana y que pueden devastar el medio ambiente como los derrames de sustancias o productos químicos.

Si bien este documento guía está enfocado en la protección contra COVID-19, existen muchos otros peligros para la salud y la seguridad que ocurren en el contexto de los desastres naturales, como el estrés por causa de calor o frío, la fatiga, la exposición a sustancias químicas tóxicas y la exposición al moho que también conviene tomar en cuenta cuando se trabaja en una labor de respuesta y recuperación. Esas otras preocupaciones —aunque reconocemos que son importantes— no se abordan en esta guía porque muchas organizaciones ya tienen sus orientaciones y recomendaciones donde las abordan. Este documento se enfoca principalmente en prevenir la exposición al COVID-19 mientras trabaja de voluntario. Si le interesa tener más información, esté atento a un documento complementario dirigido a administradores y oficiales al mando de incidentes que publicaremos próximamente.

Las organizaciones que ofrecen una buena capacitación a sus voluntarios, además de administración y un programa de protección, están en mejores condiciones de garantizar la seguridad de los voluntarios que se comprometen a trabajar con ellas.

Por este motivo, trabajar de voluntario en una organización que cuente con ese tipo de programa —en lugar de hacerlo por cuenta propia—, aporta medidas de seguridad adicionales y una mejor protección y coordinación entre todas las partes involucradas.

## La comunidad de voluntarios

Hay varios tipos de voluntarios que pueden participar en los esfuerzos de preparación y respuesta antes, durante y después de un desastre natural, como estos:

- Miembros de la comunidad que responden provisionalmente a un desastre que ocurre dentro de su comunidad.
- Miembros de los [comités de planificación de emergencia local \(LEPC\)](#), asociaciones de profesionales a nivel local que conforme a la ley Emergency Planning and Community Right-to-Know Act (EPCRA) deben preparar planes de emergencia a nombre de las comunidades que atienden.
- Voluntarios que pertenecen a organizaciones comunitarias o de fe.
- Voluntarios que trabajan bajo una estructura institucional, como la American Red Cross o Team Rubicon.
- Voluntarios capacitados en labores de preparación y respuesta, como los equipos de respuesta a emergencias comunitarios o municipales (CERT<sup>1</sup> o MERT).
- Voluntarios que trabajan a título profesional, como los bomberos voluntarios.

Sea cual sea la naturaleza exacta del papel que desempeña como voluntario, es importante que no se vea expuesto indebidamente al COVID-19 a la hora de auxiliar a las comunidades durante un desastre natural o medioambiental. Ya sea que trabaje de volun-

<sup>1</sup>Ver Apéndice A para obtener más información sobre los CERT.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

tario dentro de su comunidad o que viaje o se movilice a otros lugares, la salud y seguridad personal deberá ser siempre una de sus prioridades más importantes. Hay situaciones al aire libre que de por sí son volátiles, inestables y difíciles de manejar en circunstancias ordinarias; pero durante una pandemia, la exposición a otras personas que pueden estar contagiadas de COVID-19 es un peligro adicional que se debe mitigar.

Los voluntarios pueden informarse más sobre peligros adicionales relacionados con lugares de desastres si participan en una [capacitación en desastres para trabajadores sobre el terreno](#)<sup>2</sup> y están atentos a la información que el National Institute of Environmental Health Sciences (NIEHS) ofrece a través de [un documento de herramientas y recursos](#)<sup>3</sup> acerca de preparación para casos de desastres y capacitación de respuesta que encontrará en el [sitio web de](#)<sup>4</sup> NIEHS. El World Cares Center se especializa en administración y protección y también brinda información gratuita en su [sitio web](#).

El contenido de este documento guía incluye lo siguiente: (haga clic para ir a cada sección)

- Guía para proteger a los voluntarios contra el COVID-19 durante labores de respuesta y recuperación por un desastre natural
- Protecciones legales a los voluntarios en casos de desastre
- Una administración apropiada mejora la protección: El sistema de comando de incidentes
- Medidas personales para prevenir el COVID-19
- Medidas durante la movilización para prevenir el COVID-19
- Equipo de protección personal
- Consideraciones de seguridad personal y familiar para los voluntarios

- Medidas de seguridad adicionales para considerar
- Apéndice A: Equipos de respuesta ante emergencia de la comunidad (CERT)
- Apéndice B: Casos prácticos
- Apéndice C: Referencias y recursos adicionales

## Protecciones legales para los voluntarios de casos de desastre

La ley otorga algunas protecciones a los voluntarios aunque estas varían según el estado, la organización y la agencia. Si tiene alguna preocupación sobre las

Los voluntarios que se movilizan por su cuenta o trabajan fuera del sistema de comando de incidentes, no son responsables del oficial al mando de incidentes y tienen pocas posibilidades de defenderse en caso de que resulten lesionados o enfermos durante una labor de respuesta. Si una organización acepta la ayuda de un voluntario, esa persona se convierte, por definición, en responsabilidad de esa organización.

La organización deberá:

- Ofrecer seguro a los voluntarios.
- Registrarlos.
- Evaluar si la salud de los voluntarios es aceptable para trabajar como voluntarios.
- Capacitarlos para el trabajo.
- Reducir el riesgo de los voluntarios al mínimo.
- Protegerlos con equipo de protección personal (PPE).
- Administrar a los voluntarios como se debe.

(adaptado de *Ethical Volunteer Management*: [www.disastervolunteerismacademy.org](http://www.disastervolunteerismacademy.org))

<sup>2</sup><https://www.osha.gov/training/outreach/overview>

<sup>3</sup>[https://tools.niehs.nih.gov/wetp/public/hasl\\_get\\_blob.cfm?ID=11087](https://tools.niehs.nih.gov/wetp/public/hasl_get_blob.cfm?ID=11087)

<sup>4</sup><https://tools.niehs.nih.gov/wetp/index.cfm?id=556>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

protecciones que brinda la ley a los voluntarios, contacte directamente a la organización o la agencia asociada, antes de hacer el trabajo.

## Una administración apropiada mejora la protección El sistema de comando de incidentes

La respuesta a las situaciones de emergencia puede ser coordinada por personas de la comunidad que se reúnan para ayudar. El gobierno y las municipalidades aplican una estrategia estándar para coordinar la respuesta de emergencia: el sistema de comando de incidentes (ICS) es un componente del sistema nacional de administración de incidentes. Aunque muchas organizaciones de voluntarios no utilizan este sistema, muchas sí lo hacen y este documento representa el comando ICS y la estructura de comunicación.

El ICS utiliza un gráfico de comando para asegurarse de que los voluntarios sepan a quién deben rendir cuentas y si se están comunicando con la persona correcta. Como voluntario, se le podría pedir que le rindiera cuentas a una de las siguientes cuatro secciones, que también se muestran en los recuadros de color azul en la Figura 1. Cada una de ellas tiene su jefe de sección que a su vez rinde cuentas a un solo oficial al mando:

- **Operaciones:** la sección que realiza el trabajo en el lugar del incidente.
- **Planificación:** la sección que prepara los planes de acción ante incidentes y administra el mantenimiento de los registros.
- **Logística:** la sección que obtiene todos los recursos necesarios para accionar la respuesta.
- **Finanzas y administración:** la sección que

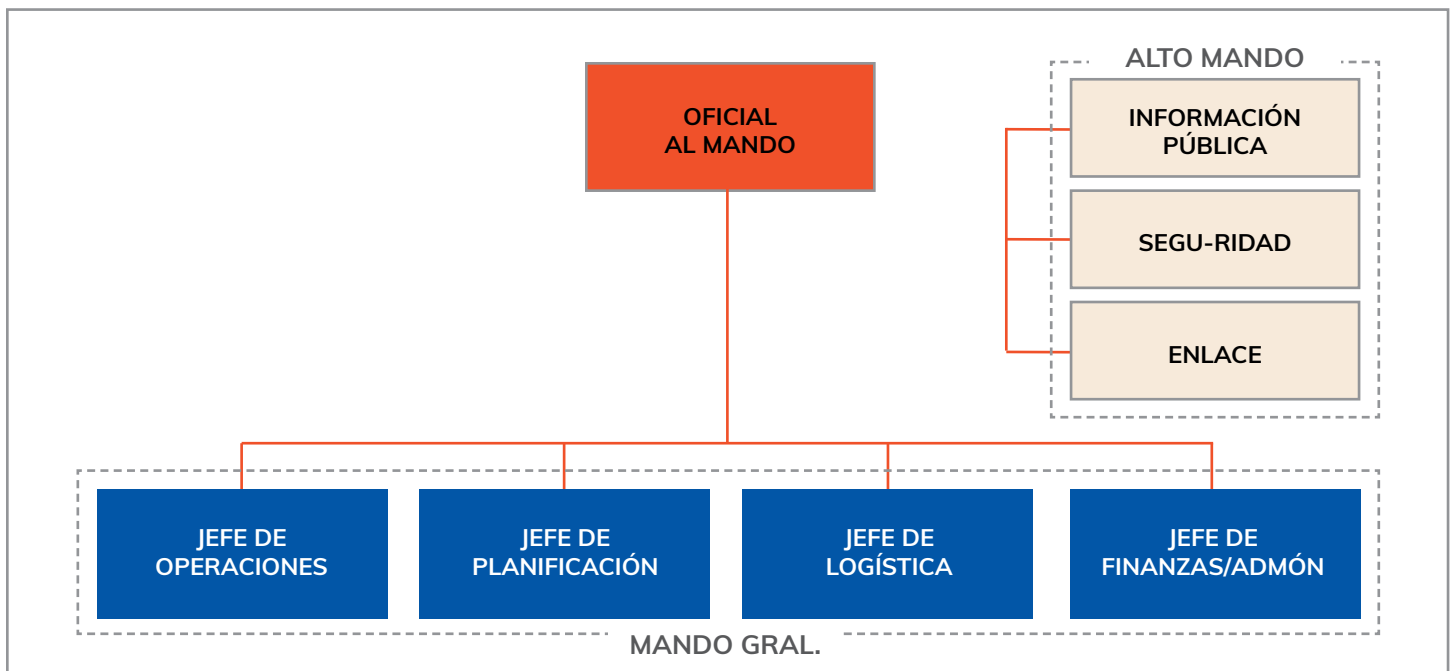


Figura 1. Estructura organizativa del ICS. Fuente: FEMA, National Incident Management System, 3rd Edition, 2017 (PDF), [https://www.fema.gov/media-library-data/1508151197225-ced8c60378c3936adb92c1a3ee6f6564/FINAL\\_NIMS\\_2017.pdf](https://www.fema.gov/media-library-data/1508151197225-ced8c60378c3936adb92c1a3ee6f6564/FINAL_NIMS_2017.pdf).



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

administra y documenta los costos financieros.

También se le podría asignar un rol de apoyo al personal de mando, por ejemplo:

- **Oficial de información pública:** encargado de producir toda la comunicación pública relacionada con el incidente.
- **Oficial de enlace:** encargado de coordinar con las agencias de apoyo del sistema de comando de incidentes.
- **Oficial de seguridad:** responsable de la seguridad de cada persona que trabaja dentro del sistema de comando de incidentes.

De acuerdo con el ICS, todo el personal de respuesta de emergencia es asignado a un puesto y trabaja bajo un solo supervisor que les dice qué trabajo les toca hacer. Este es un aspecto muy importante del ICS, llamado la cadena de mando. Si un voluntario recibiera instrucciones contradictorias de más de un supervisor, el voluntario podría no comprender bien qué le toca hacer y eso puede causar errores, una respuesta ineficaz o acciones riesgosas. El mandato de que cada persona debe rendir cuentas únicamente a un supervisor reduce la confusión dentro del personal.

Junto con el superior a quien debe rendir cuentas, el voluntario debe recibir una descripción de los roles y las tareas que le tocan, sus turnos, el equipo de protección personal y los lugares de trabajo. Evalúe cuidadosamente sus roles y responsabilidades para asegurarse de que los entiende perfectamente y que se siente cómodo con el riesgo que implican.

Se espera que asista a reuniones informativas donde el personal recibirá instrucciones o donde tendrá que informar a otros equipos sobre la situación actual. Esas reuniones son críticas para proteger a todo el personal.

## Medidas personales para prevenir el COVID-19

Las siguientes prácticas son importantes para evitar exponerse al COVID-19, son por su seguridad —trabajadores en labores de recuperación— y la seguridad de los demás —como las personas desplazadas.<sup>5</sup>

### ¿Qué puede hacer para evitar la exposición?

Mantener la higiene de las manos

- ✓ Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón por al menos 20 segundos.
- ✓ Usar un desinfectante (*hand sanitizer*) con al menos 60 por ciento de alcohol etílico si no dispone de agua y jabón.
- ✓ Evitar tocarse ojos, nariz y boca si no se ha lavado las manos.

Evitar el contacto cercano

- ✓ Evitar el contacto cercano con personas que están visiblemente enfermas.
- ✓ Mantener una distancia prudente entre usted y los demás, parezcan o no parezcan enfermos; el virus puede ser transmitido por personas que no muestran síntomas obvios.
- ✓ Mantener su distancia de personas de mayor riesgo para evitar contagiarlos con el virus.

Llevar puesto un tapabocas o una mascarilla

- ✓ Llevar puesto un tapabocas en lugares públicos donde sea difícil mantener el distanciamiento, para proteger a las demás personas en caso de que usted esté contagiado sin saberlo.
- ✓ Evitar tapar la cara de niños menores de dos años, de una persona con dificultades para respirar, de una persona que esté inconsciente o de una persona que no pueda quitarse la mascarilla sin ayuda.

<sup>5</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

- ✓ Mantener seis pies de distancia entre usted y los demás, incluso si tiene un tapabocas; los tapabocas no sustituyen el distanciamiento social. (Consulte más información sobre las diferencias entre los tapabocas y otro equipo de protección personal (PPE) en la sección de PPE a continuación.)

Respetar el protocolo para estornudar y toser

- ✓ Taparse la boca y la nariz con un pañuelo desechable si va a toser o estornudar, o hacerlo acercando la cara al codo flexionado, si no tiene puesto un tapabocas o una mascarilla.
- ✓ Deseche los pañuelos desechables en la basura.
- ✓ Lavarse las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos inmediatamente después de toser o estornudar.
- ✓ Limpiarse las manos con un desinfectante que contenga al menos 60 por ciento de alcohol etílico si no dispone de agua y jabón.

Limpiar y desinfectar

- ✓ Limpiar y desinfectar diariamente las superficies que se tocan con frecuencia: mesas, empuñaduras de puertas, interruptores de luz, superficies, mostradores, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros, grifos y fregaderos.

## Medidas durante la movilización para prevenir el COVID-19

Muchas organizaciones de voluntarios están diseñando pasos clave para preparar a sus redes de respondedores y voluntarios para que puedan responder a los desastres durante una pandemia pero sin arriesgarse. Como voluntario, se le puede pedir que complete una capacitación previa a su movilización. A lo largo de la pandemia actual, la capacitación virtual se ha hecho necesaria para enseñarle

a los voluntarios acerca de su organización, los trabajos y peligros relacionados y las medidas tomadas para protegerlos.

Las estrategias de mitigación de riesgos que las organizaciones pueden aplicar para reducir el riesgo de exposición de los voluntarios al virus SARS-CoV-2 se discuten aquí con énfasis en la actividad de comer, la vivienda o el alojamiento (si fuera el caso) y la higiene durante las operaciones de respuesta y recuperación. Las organizaciones deben proporcionar a los voluntarios el equipo de protección personal (PPE) adecuado para el trabajo que van a realizar. Usted debe verificar si le darán el PPE necesario. En algunos casos quizás le puede convenir llevar su propio equipo ya que muchas veces, después de un desastre, el equipo de seguridad escasea, y más ahora durante la pandemia actual. El equipo de seguridad para la pandemia debe incluir tapabocas, hand sanitizer y otros artículos de higiene personal. Siga las directrices de los Centers for Disease Control and Prevention (CDC) y las políticas establecidas por los oficiales estatales y locales.

### Medidas al presentarse

Al llegar a sus estaciones de trabajo, la administración debe proporcionar espacio separado para que usted pueda [distanciarse](#)<sup>6</sup> de otras personas por 14 días si es posible. Durante este periodo deberá tomar precauciones especiales para limitar cualquier interacción cercana con otras personas manteniendo al menos seis pies de distancia y evitando cocinas compartidas, zonas de estar, baños y artículos domésticos. Si al llegar no puede distanciarse socialmente por 14 días, se le recomienda que lleve puesta su mascarilla todo el tiempo y que monitoree las señales y los síntomas del COVID-19. Si experimenta una señal o un síntoma de COVID-19, avísele a su supervisor.

<sup>6</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/social-distancing.html>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

Si se tienen que usar las zonas de estar y las áreas comunes durante el periodo inicial de 14 días después de presentarse, deberán mantenerse al menos seis pies de distancia con otra persona, llevar puesto un [tapabocas de tela](#)<sup>7</sup>, y limpiar y desinfectar con frecuencia las superficies compartidas y que se tocan bastante. La administración también podría considerar aumentar la frecuencia de ventilación o el porcentaje de aire del exterior que circule dentro de las áreas habitables y áreas de trabajo que son compartidas, para darle más protección.

Si es factible, la administración deberá emplear mecanismos que ayuden a limitar las interacciones con los demás durante el periodo de 14 días. Esto podría incluir sesiones de capacitación en línea y servicio de entrega a domicilio de provisiones o comidas.

Una vez terminado el periodo inicial de 14 días, los voluntarios que trabajen juntos y que no tengan interacciones frecuentes con otras personas, pueden aislarse como una unidad. Durante este tiempo, los voluntarios deberán continuar usando mascarillas; cubrirse la nariz y la boca al toser o estornudar; practicar una buena [higiene de manos](#);<sup>8</sup> y limpiar y desinfectar con frecuencia los espacios compartidos, [vehículos](#),<sup>9</sup> y equipo con desinfectantes registrados en EPA que sean apropiados para la superficie en cuestión y sean eficaces contra el virus SARS-CoV-2 al seguir las instrucciones de las etiquetas. Si la cuadrilla trabaja como una unidad, no es necesario que sus integrantes lleven puesto el tapabocas a menos que [no se sientan bien](#)<sup>10</sup> o les toque interactuar con el público; esto refleja las directrices de los CDC respecto a las [personas que conviven en un espacio](#)

[reducido](#).<sup>11</sup> Si las interacciones con el público son inevitables, todo el personal deberá practicar el distanciamiento social, llevar puesto tapabocas, practicar la higiene de manos y desinfectar superficies, objetos o artículos que son compartidos con el público en general. Si desea más información, consulte la información de COVID-19 de los CDC [Guidance for Shared or Congregate Housing](#).<sup>12</sup>

Las organizaciones de voluntarios deben contar con un plan para separar a las personas enfermas del resto del personal. Como voluntario, si no le han facilitado ese plan, deberá solicitar verlo.

### Alojamiento

El alojamiento (que podría ser facilitado por la organización de voluntarios) varía según la zona de desastre. Antes de movilizarse, asegúrese de que cuenta con alojamiento. El alojamiento en un hotel podría no ser garantizado, así que quizás tenga que alojarse en condiciones tipo albergue. Si se aloja en un hotel, podría tener una habitación para usted solo, o bien podría tener que compartirla con otra persona. No es recomendable compartir toallas ni ropa de cama. Si es posible, busque alojamiento en hoteles para quedarse largo tiempo que podrían ofrecer comida en la mañana o un área para cocinar, y tienen lavandería para lavar su ropa. También el hotel podría ofrecer servicio de limpieza de habitación. Pregunte en la recepción por el horario de limpieza, que podría estar alterado o reducido para proteger a los empleados del hotel. Otros huéspedes del hotel podrían ser voluntarios como usted o personas afectadas: véalo como una oportunidad para entablar relaciones laborales.

<sup>7</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

<sup>8</sup><https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html>

<sup>9</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/disinfecting-transport-vehicles.html>

<sup>10</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#Preparing-Your-Home-and-Family-for-COVID-19>

<sup>11</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/living-in-close-quarters.html>

<sup>12</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/shared-congregate-house/guidance-shared-congregate-housing.html#common-spaces>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

Es recomendable que mantenga una perspectiva flexible frente a las opciones de alojamiento, ya que podría tener que cambiarse a otro lugar una vez que el lugar del desastre haya sido evaluado. Si le toca viajar durante el desastre, se recomienda encarecidamente que emplee el sistema de compañerismo y le notifique a otra persona de sus planes. Deberá darle al líder del equipo de voluntarios o a un socio un paquete con información médica, de contacto o cualquier otra información vital para casos de emergencia.

Tome en cuenta que la mayoría de las organizaciones de voluntarios ahora están poniendo más atención a los voluntarios locales que pueden trabajar en el lugar del desastre durante el día y volver a su casa en la noche. La mayoría de los voluntarios están trabajando virtualmente o dentro de su localidad para apoyar esfuerzos tales como preparar kits de higiene y abastecer unidades de cocina móvil.

### Otras situaciones de convivencia

En algunos casos, es posible que se le aloje en un espacio grande con otros voluntarios. Según los CDC<sup>13</sup>, hoteles, dormitorios y otros albergues con capacidad para menos de 50 residentes deben priorizarse por encima de albergues más grandes. Los albergues para congregaciones grandes deberán usarse solo como último recurso.

Cuando vaya a alojarse junto con otros voluntarios, recuerde que los CDC recomiendan un distanciamiento social de al menos seis pies. A la hora de arreglar su espacio para dormir, asegúrese de mantener al menos seis pies de distancia entre usted y su compañero de habitación. Podría convenirle añadir distancia adicional entre usted y la persona más cercana a su cama. También conviene dormir alternando la cabeza de uno donde el otro coloca los pies, y viceversa. De ser posible, las camas deberán separarse por una barrera de la longitud de la cama,

erigida del suelo al cielo raso, que no sea permeable, como el plexiglás o una lámina de plástico, manteniendo un espacio de 36 pulgadas entre cada cama y barrera. Los materiales deben ser resistentes al fuego o tratarse con retardador de fuego. Las barreras no pueden obstruir las salidas ni el flujo de aire y deberán limpiarse al menos diariamente. Otra opción es ofrecer a cada miembro del personal una tienda para una sola persona que puede usar en vez del alojamiento en grupo con barreras.

No se puede permitir que el personal visite los aposentos ajenos. Si en los albergues se usan camarotes (camas de dos pisos), los ocupantes deberán dormir con la cabeza de uno en dirección opuesta a la del otro.

### Agruparse en cohortes

Otro método que pueden usar las organizaciones de voluntarios para reducir al mínimo la posible propagación de SARS-CoV-2 es agrupando a los voluntarios en grupos que trabajen, vivan y viajen juntos, llamados cohortes. Los voluntarios que hayan completado 14 días de aislamiento y se hayan hecho la prueba de COVID-19 con resultados negativos antes de movilizarse, presentan un riesgo bajo de propagar el virus y los grupos formados por este tipo de voluntarios pueden interactuar con seguridad entre ellos. Una vez que estos grupos estén formados, hay que tener cuidado para evitar exponerse a cualquier personal que venga de afuera.

Los voluntarios que trabajan casi siempre con otros miembros de su cohorte, tienen una exposición mínima a otros voluntarios, incluso si las limitaciones de tiempo no permiten un periodo completo de 14 días de cuarentena. Si una persona dentro de un cohorte exhibe síntomas, se puede aislar a todo el cohorte. Esto elimina la necesidad de localizar contactos y la necesidad de aislar a un grupo más grande de re-

<sup>13</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/Guidance-for-Gen-Pop-Disaster-Shelters-COVID19.pdf>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD



spondedores. Sin embargo, para que esta práctica sea eficaz, la organización de voluntarios debe establecer protocolos para asegurarse de que los cohortes no tengan contacto con nadie fuera del grupo o que tal contacto sea lo más limitado posible. Si tiene alguna pregunta sobre si su organización de voluntarios practica la agrupación de cohortes, o cómo lo hace, es recomendable que lo pregunte antes de movilizarse.

### Seguridad de los alimentos y a la hora de comer

Lo más seguro es que usted será responsable de organizar sus comidas durante su movilización. Trate de llevar al menos tres días de comida y un día de agua embotellada con usted hasta tener asegurado el mecanismo que empleará para comer. En los lugares de desastres, se hace un esfuerzo especial para proporcionar comidas empacadas individualmente o paquetes listos para comer y agua embotellada para las personas afectadas y los socorristas, con el propósito de reducir las enfermedades acarreadas por los alimentos. [Como lo recomiendan los CDC](#)<sup>14</sup>, si no se puede disponer de comidas empacadas, es preferible tener un servicio estilo cafetería y no un autoservicio, ni buffet ni un comedor familiar, a la par que los respondedores deberán mantener siempre un mínimo de seis pies de distancia entre ellos (u otros fuera de su cohorte; ver más arriba).

[No comparta platos](#)<sup>15</sup>, vasos, tazas ni utensilios para comer con otras personas. La comida debe servirse con utensilios, platos y vasos desechables. Consulte los [recursos sobre seguridad de los alimentos de los CDC](#)<sup>16</sup> si desea más información sobre las medidas que la organización de voluntarios puede utilizar para proteger a los respondedores de las enfermedades transmitidas por los alimentos.

Si es posible, elija una comida para comer sentado en lugar de comer una comida rápida. Sentarse a comer le da tiempo de relajarse, organizar sus ideas y conversar con otras personas. Socializar contribuye al bienestar psicológico, pero recuerde que debe practicar un distanciamiento social correcto. Consulte [NIEHS Emergency Support Activation Plan](#)<sup>17</sup> si desea más información.

### Seguridad en el transporte público

Siempre lleve consigo un hand sanitizer y úselo en el momento de salir del transporte público, como buses, trenes o subways. Evite tocarse la cara lo más que pueda, pero especialmente si usa transporte público ya que el espacio pequeño, encerrado y probablemente con mucho tráfico tiene la capacidad de ser un repositorio del virus SARS-CoV-2. Lávese las manos tan pronto como pueda con agua y jabón. Limite el contacto con los soportes del tren como los postes y las manijas y evite tocar directamente los torniquetes. [Evite las aglomeraciones si es posible](#).<sup>18</sup>

### Higiene

Crear y seguir un régimen de limpieza y desinfección es clave para prevenir la exposición. Asimismo, le deben dar procedimientos claros para saber qué hacer frente a un peligro como las enfermedades transmitidas por el agua y qué hacer si no hay agua potable y limpia para lavarse las manos. También es importante saber que los hand sanitizers no son eficaces cuando las manos están sucias a simple vista. El uso de hand sanitizers, jabón y el acceso a agua potable es difícil durante las situaciones de desastre de modo que cada esfuerzo que se haga por poder contar con agua potable durante las labores de socorro es crítico para los voluntarios.

<sup>14</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/Guidance-for-Gen-Pop-Disaster-Shelters-COVID19.pdf>

<sup>15</sup><https://www.cdc.gov/disasters/foodwater/index.html>

<sup>16</sup><https://www.cdc.gov/disasters/foodwater/facts.html>

<sup>17</sup>[https://tools.niehs.nih.gov/wetp/public/hasl\\_get\\_blob.cfm?ID=10602](https://tools.niehs.nih.gov/wetp/public/hasl_get_blob.cfm?ID=10602)

<sup>18</sup>[www.disastervolunteerismacademy.org](http://www.disastervolunteerismacademy.org)



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

Si desea más información sobre las prácticas de higiene, consulte [Guía de los CDC para limpieza y desinfección](#)<sup>19</sup>, [lavado de manos](#)<sup>20</sup>, [e higiene personal durante un desastre](#).<sup>21</sup>

## Limpeza

La organización de voluntarios deberá asegurarse de que las superficies que la gente toca con mucha frecuencia, así como las áreas compartidas, como la sala para hacer ejercicios, la lavandería, los baños y los elevadores [se limpien y desinfecten](#)<sup>22</sup> con [desinfectantes que estén registrados con EPA](#)<sup>23</sup> y estén autorizados para combatir el virus SARS-CoV-2. La EPA ha preparado una lista de todos los limpiadores que considera eficaces para combatir el SARS-CoV-2.

Tome en cuenta las diferencias importantes que distinguen a la limpieza de la desinfección. La limpieza elimina los desechos sueltos como la suciedad o las migajas. La desinfección mata los virus. El paso de limpieza es importante porque los desinfectantes registrados con EPA ofrecen seguridad y eficacia solo cuando se aplican en un área libre de desechos. Las instrucciones para limpiar y desinfectar se pueden encontrar en los sitios web de los [CDC](#)<sup>24</sup> y del [Centro de AIHA que tiene recursos para brotes de coronavirus](#)<sup>25</sup>.

Los espacios que se comparten con otros respondedores o voluntarios deberán ser desinfectados antes y [después de usarse](#).<sup>26</sup> Asegúrese de llevar puesto su PPE (como guantes) a la hora de utilizar desin-

fectantes y de seguir las instrucciones del fabricante para el uso del producto químico. Siga las [directrices de EPA](#)<sup>27</sup> respecto al uso general de los desinfectantes y consulte la hoja de datos de seguridad para determinar qué PPE utilizar.

**Baños compartidos.** Recomendamos limpiar los baños con frecuencia, al menos dos veces al día, después de los periodos de máximo uso en la mañana y en la noche. También es necesario vaciar los canastos de basura. Hay que asegurarse de que los baños siempre tengan suficiente jabón y toallas desechables o secadoras automáticas. Si no hay agua y jabón, debe proveerse hand sanitizer. Avise a los supervisores si observa que los baños no se han podido mantener limpios o bien abastecidos.

A través de carteles colocados en los baños, debe informarse a los voluntarios sobre cómo lavarse las manos correctamente. Tenga en cuenta que los lavamanos y los mostradores pueden ser una fuente de infección; evite colocar cepillos de dientes y artículos de higiene personal directamente encima de las superficies. Los bolsos pueden ayudar a evitar que los artículos personales entren en contacto con las superficies de los baños.

**Estaciones de trabajo compartidas.** En situaciones en que las estaciones de trabajo son compartidas, es importante mantenerlas limpias. Desinfecte las estaciones de trabajo antes y después de usarlas. Si se usan lapiceros, deberán desinfectarse después de su uso. Una manera fácil de mantener separados los

<sup>19</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>

<sup>20</sup><https://www.cdc.gov/handwashing/>

<sup>21</sup><https://www.cdc.gov/disasters/floods/sanitation.html>

<sup>22</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/disinfecting-building-facility.html>

<sup>23</sup><https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2-covid-19>

<sup>24</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>

<sup>25</sup>[https://www.aiha.org/public-resources/consumer-resources/coronavirus\\_outbreak\\_resources](https://www.aiha.org/public-resources/consumer-resources/coronavirus_outbreak_resources)

<sup>26</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html>

<sup>27</sup><https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-04/documents/disinfectants-onepager.pdf>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

lapiceros desinfectados de los usados, es colocándolos en vasos marcados como “limpios” y “sucios” respectivamente.

**Herramientas y equipo compartido.** De igual manera, las herramientas y el equipo deberá limpiarse y desinfectarse antes y después de cada uso.

**Cocinas y comedores compartidos.** La organización de voluntarios podría restringir el número de personas permitidas en la cocina y el comedor en un momento dado para que los voluntarios puedan mantenerse a una distancia mínima de seis pies los unos de los otros. Recuerde: no comparta platos, vasos, tazas, ni utensilios para comer.

**Receptáculos para la basura.** Póngase guantes a la hora de quitar las bolsas de basura y manipular y desechar la basura. Cuando vaya a manipular basura, lávese las manos todas las veces que pueda.

**Lavanderías.** Es posible que las organizaciones de voluntarios den acceso a lavanderías para ayudar a prevenir la propagación del COVID-19. Si usa una lavandería, continúe manteniendo una distancia de al menos seis pies de distancia de otras personas. Espere afuera de la lavandería mientras su ropa termina de lavarse o secarse, si eso ayuda a mantener la distancia de los demás. Lávese las manos inmediatamente después de tocar ropa sucia o de usar las máquinas compartidas.

**Áreas de recreación como las salas de ejercicios o actividades.** Estas áreas podrían no estar abiertas a los voluntarios debido al elevado riesgo de exposición que ocurre en toda área donde las personas se congregan por un periodo de tiempo prolongado. Si se les permite la entrada a los voluntarios, es posible que el número de personas permitidas en un momento dado sea restringido por el lugar o la organización de voluntarios para garantizar que todo el mundo permanezca a una distancia de al menos seis pies. No recomendamos participar en ninguna activi-

dad ni deporte, como juegos de mesa, basketball y ajedrez que implique un contacto cercano, especialmente si es bajo techo.

## Equipo de protección personal

Quizás se le exija llevar puesto un equipo de protección personal (PPE) durante su trabajo de voluntario, protección para los ojos, protección respiratoria, mascarillas quirúrgicas o de tela y caretas.

**Guantes.** Si le toca manipular artículos que quizás estén contaminados con material químico o biológico, como el virus SARS-CoV-2, deberá usar guantes para protegerse las manos. Si le toca trabajar con sustancias químicas, para que sus guantes sean seguros y eficaces deberán estar autorizados para usarse con esas sustancias químicas. Esta información se puede consultar en las hojas de datos de seguridad o las instrucciones de uso del fabricante. Consulte con un supervisor antes de usar cualquier sustancia química.

**Protección para los ojos.** Las gafas de seguridad protegen los ojos contra salpicaduras que pueden acarrear un peligro químico o biológico, o contra gotículas expulsadas cuando una persona enferma tose o estornuda, si le toca estar a menos de seis pies de esa persona. Las caretas ofrecen una protección adicional para casos como este.

**Protección respiratoria.** Los respiradores con una máscara de filtrado N95 aprobados por NIOSH, y otra protección respiratoria, eliminan y bloquean los contaminantes del aire que se introducen en la máscara proporcionando aire limpio a la persona que lleva puesto el respirador. Si tiene que usar un respirador, tenga en cuenta que este le puede dificultar la respiración y puede ser peligroso para personas que padecen de algunas enfermedades. Si piensa que va a necesitar usar un respirador, hable antes con su proveedor de salud para ver si lo puede usar



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

sin riesgos. Como sucede con todo PPE, deberá recibir capacitación sobre cómo usar correctamente un respirador antes de ponérselo.

Para ser eficaz, un respirador deberá formar un sello en el rostro que quede lo suficientemente ajustado como para evitar que partículas peligrosas como los virus se cuelen por los lados. La prueba de ajuste del respirador debe ser realizada en el propio lugar por el administrador de la protección respiratoria. Para que el respirador sea eficaz, la persona que lo lleva puesto deberá tener el rostro bien afeitado ya que una barba completa o apenas crecida impide el sello apropiado. La integridad del sello se verifica a través de una prueba de ajuste con un respirador N95 que sea de la misma marca, modelo o tamaño del que llevará puesto. No puede contar con que un respirador N95 le va a proteger a menos que se haya hecho una prueba de ajuste.

**Mascarillas quirúrgicas.** La FDA aprobó el uso de mascarillas quirúrgicas para impedir que la persona que lleva puesta una de este tipo exhale partículas infecciosas en el entorno circundante. Son abiertas a los lados, lo cual permite respirar más fácilmente en comparación con un N95. Para usar una mascarilla quirúrgica, no es necesario tener aprobación médica ni una prueba de ajuste. Ofrecen un poco de protección contra salpicaduras en caso de que alguien tosa o estornude en su cara, pero como son abiertas a los lados, no es bueno suponer que la mascarilla quirúrgica le protegerá contra todas las partículas infecciosas presentes en el aire circundante.

**Tapabocas o mascarillas de tela.** Los tapabocas y las mascarillas que se pueden comprar bloquean las partículas infecciosas exhaladas por la persona que lleva puesta la protección, pero por lo general tienen los lados cerrados. Los modelos de estudio han demostrado que la tasa de infección dentro de una comunidad o grupo de trabajo puede reducirse

en gran medida cuando todo el mundo lleva puestas las mascarillas que bloquean estas partículas.<sup>28</sup>

Algunos tapabocas filtran las partículas aéreas mejor que otros. Las mascarillas de tela que ofrecen la mejor filtración son las que están hechas de varias capas de algodón con un alto contenido de hilos, de chifón o de seda, o bien incluyen una capa de media pulgada de relleno de algodón. Las telas que son elásticas ofrecen menos filtración. Los tapabocas hechos de una sola capa de algodón (como las bandanas) también ofrecen mucho menos filtración.

Caretas Además de los respiradores o las mascarillas, también se pueden usar caretas para proteger los ojos y el rostro contra la exposición. Es importante preguntar a su supervisor si se necesitan caretas u otro PPE y cuándo se necesitan.

## Consideraciones de seguridad personal y familiar para los voluntarios

Las siguientes son algunas consideraciones que le ayudarán a decidir si el voluntariado es para usted.

Lo mejor es trabajar de voluntario a través de una organización bien establecida. Movilizarse a un lugar de desastre sin estar asociado a ninguna organización o el sistema de comando de incidentes es peligroso para usted y otras personas que trabajan en el sitio que no están esperando que usted llegue.

Investigue qué medidas ante desastres toma la organización de voluntarios que usted prefiere. Contacte a las organizaciones de voluntarios que le interesan y conozca cuáles son las actividades que la organización realiza antes, durante y después de un desastre y qué tipos de actividades podrían realizar los voluntarios.

<sup>28</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover-guidance.html>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

**Consideraciones de seguridad personal.** Es importante identificar al menos parte de esta información antes de movilizarse.

- ¿Sabe usted:
  - qué peligros podría enfrentar?
  - qué controles (como los cohortes y el PPE), serán aplicados u ofrecidos por la organización de voluntarios?
  - qué puede hacer anticipadamente para planificar, equiparse y capacitarse como voluntario?
  - qué capacitación exige la organización de voluntarios y puede completarse a distancia y anticipadamente?
  - qué precauciones especiales está tomando la organización de voluntarios debido a la pandemia?
- ¿Sabe dónde realizará el trabajo de voluntario:
  - le tocará viajar fuera de la ciudad?
  - podrá viajar a su casa después de su turno?
  - compartirá con otros a la hora de comer, alojarse o transportarse?
  - trabajará adentro o afuera?
  - trabajará en equipo o por su cuenta?
  - contará el sitio con precauciones para evitar la propagación de COVID-19?
- ¿Ha considerado:
  - qué puestos de voluntario le gustaría tener o apoyar?
  - qué necesita la organización durante una emergencia o desastre?
  - cuáles son los requisitos para los voluntarios en términos de capacitación, control médico y capacidades físicas o médicas?
  - qué habilidades profesionales o capacitación tiene usted para aportar?

- ¿Qué capacitación ya ha recibido que puede servir de apoyo a la organización?
  - ¿Tiene experiencia en capacitación de confidencialidad médica y documentación, en particular la requerida para la implementación correcta de la ley Health Insurance Portability and Accountability Act (HIPAA)?
  - ¿Tiene alguna credencial o licencia profesional que podría serle útil a la organización de voluntarios?
  - ¿Habla o escribe más de un idioma y, si es así, cuál es su grado de fluidez?
- ¿Conoce el riesgo actual de contagiarse con COVID-19 en el área donde trabajará como voluntario?
  - ¿Cómo rastreará la organización de voluntarios los casos de COVID-19 y qué tipo de pruebas pondrán a disposición de los voluntarios?
  - ¿Cómo lo protegerá la organización contra la exposición de otros voluntarios y respondedores que den positivo en una prueba de COVID-19?
  - ¿Qué información maneja la organización de voluntarios acerca del área donde se va a realizar el trabajo?
  - ¿Puede ver si el departamento de salud local o estatal tiene información actualizada o puede preguntarle al personal que ya está en el terreno o el lugar?

**Consideraciones de familia y salud mental.** Aprenda a protegerse a sí mismo y a su familia contra el COVID-19.

- ¿Conoce el riesgo de que usted y su familia desarrollen COVID-19 si trabaja de voluntario?
  - ¿Conoce las señales y los síntomas de COVID-19 y otras enfermedades transmisibles como la influenza?



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

- ¿Tiene algún [riesgo de salud](#)<sup>29</sup> que sea mayor por causa de comorbilidad, medicamentos o edad?
- ¿Conoce el riesgo elevado para la salud por causa de comorbilidad, medicamentos o edad que podrían afectar a familiares cercanos, especialmente los que viven con usted, en caso de que usted resulte contagiado? (Si no está seguro de los riesgos para usted o su familia, considere discutir las opciones con ellos antes de trabajar de voluntario.)
- ¿Sabe si se le exigirá que se aísle o inicie una cuarentena de 14 días después de completar su trabajo de voluntario y cómo esto afectará a su familia y su trabajo?
- Si usted o alguien de su familia están en riesgo de desarrollar COVID-19, ¿se ha puesto a pensar en [oportunidades de voluntariado](#)<sup>30</sup> que pueda realizar desde su casa o de un lugar remoto, por su propia cuenta, o de forma tal que puede permanecer distanciado de otros voluntarios y de la comunidad? Algunos ejemplos:
  - Funciones administrativas como la actualización de un sitio web, contabilidad u organizar conferencias telefónicas y realizar investigaciones.
  - Recaudar fondos en línea o por teléfono.
  - Recoger y entregar donaciones.
  - Hacer mandados para los respondedores.
  - Operaciones telefónicas, como encargarse de una línea de llamadas de emergencia.
  - Preparar material de capacitación.
  - Ofrecer capacitación en línea.
- Si cree que el riesgo de trabajar como voluntario es aceptable, ¿ha pensado en cómo va a mantener ese nivel de riesgo, dada la posibilidad de enfrentarse a situaciones inestables y qué posibilidades tendrá si ese nivel de riesgo aceptable no se puede mantener?
- ¿Se ha puesto a pensar en los efectos que el trabajo de voluntario puede tener en su salud mental y cómo manejaría el estrés?
  - Observe que volver a casa después de trabajar en una zona de desastre podría requerir un periodo de reajuste psicológico a la vida normal, o incluso a una vida relativamente normal bajo condiciones de autoaislamiento o cuarentena. Trabajar en una zona de desastre incluye la exposición a peligros y traumas, y COVID-19 forma parte de eso. En estos tiempos, relacionarse con su familia y tener un soporte social es importante, incluso si la interacción tenga que darse en línea para poder mantener el distanciamiento social.
  - Algunos otros aspectos que deben tomarse en cuenta en relación al estrés y el trauma:
    - Establezca todos los límites personales que necesite. Si algunos temas de conversación le causan intranquilidad, es apropiado decir que no desea hablar de eso.
    - Mantenga su calendario libre y flexible durante las primeras semanas después de volver a casa. Dese tiempo para estar solo y digerir todos los sentimientos, en caso necesario.
    - Busque ayuda profesional si los síntomas de estrés son abrumadores, si tiene problemas para dormir o recordar cosas, si experimenta una depresión significativa, ansiedad o pensamientos de suicidio, si se está descuidando y no come, no se baña ni se cambia de ropa, si está cayendo en un consumo problemático de alcohol o drogas o si comete actos de, o es víctima de, violencia doméstica.

<sup>29</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-increased-risk.html>

<sup>30</sup><https://www.ready.gov/volunteer>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

- ¿Se ha puesto a pensar en los efectos que podría sufrir su estado fisiológico por trabajar como voluntario debido a su condición de salud y a las condiciones de trabajo o de vivienda?
- ¿Puede comprometerse a las operaciones de voluntariado por el tiempo que es requerido? ¿Tiene alguna limitación u obligación familiar?

**Medidas de protección y medidas que dependen de la comunidad.** Por último, AIHA y NIEHS le recomiendan lo siguiente por su salud y seguridad.

- Busque oportunidades que le permitan regresar a casa todas las noches.
- Si le toca viajar y usar el alojamiento o albergue establecido por la organización de voluntarios, infórmese de antemano, si es posible, qué tipo de alojamiento le darán. Si se han establecido albergues comunales para el alojamiento, reduzca al mínimo la exposición manteniendo una distancia de al menos 6 pies de otras personas; llevando puesto su tapabocas cuando no esté en su camarote, cama o litera; y lavándose las manos con frecuencia.
- Evite llevar consigo prendas valiosas y grandes sumas de dinero. Asegúrese de que los artículos “más codiciados por los ladrones” como computadoras y teléfonos inteligentes queden guardados bajo llave, incluso si tiene que salir por un momento de su área de trabajo.
- Si hay un comedor comunal, considere comer solo o por lo menos a seis pies de otros debido al mayor riesgo de transmisión durante la comida sin usar tapabocas. Asegúrese de lavarse las manos antes y después de tocar los utensilios para servir.
- Maneje su propio vehículo y limite el número de personas que va a llevar con usted. Abra las ventanas si lleva pasajeros. Mantenga las llaves del auto en su mano y camine con otra persona cuando vaya al trabajo y venga de él. En la noche, use un shuttle de seguridad pública gratuito, si lo hay, para ir a su vehículo o a su casa.
  - Lleve puesto el tapabocas recomendado o un PPE si va a compartir un vehículo con otras personas; notifique al supervisor del lugar o al líder del equipo si hay problemas.
- Descontamine las herramientas compartidas, el equipo y las estaciones de trabajo antes y después de su uso.
- Conozca dónde están ubicados los servicios médicos más cercanos y si el sitio cuenta con personal sanitario.
- Sepa si en el propio lugar tiene la posibilidad de elegir el tipo de actividades o de trabajo que va a realizar.
- Decida si está dispuesto y en capacidad de abandonar el lugar de trabajo si fuera necesario por un riesgo inaceptable.
- Cuente con un plan de acción en caso de que se vea expuesto al virus SARS-CoV-2 o que descubra que su prueba le salió positiva. Sepa de antemano cómo se va a poner en cuarentena o a aislar (consulte [Guía de CDC](#)).<sup>31</sup>
- Considere aislarse o ponerse en cuarentena cuando regrese después de haberse movilitado.
  - Para proteger a su familia y a otras personas que viven en su casa, puede ser que tenga que ponerse en cuarentena. Un periodo de 14 días de cuarentena es óptimo antes de retomar las interacciones normales. Esto podría significar permanecer aislado en un área específica de su casa o mantenerse en un lugar aparte por un periodo de dos semanas. Podría hacerse una prueba de COVID-19 para confirmar si está contagiado antes de retomar su vida normal con su familia.

<sup>31</sup><https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/isolation.html>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

- Conozca qué equipo de protección ofrecerá la organización de voluntarios y qué es lo que tiene que llevar.
  - Los tapabocas no se consideran PPE, pero sí ayudan a reducir la propagación de COVID-19 dentro de la comunidad.
  - Considere llevar consigo hand sanitizer, jabón, protector labial y protectores o cintas para sujetar las mascarillas.
- Prepare su maleta según el tipo de condiciones de vida que piensa se va a encontrar en el sitio de trabajo de voluntario; infórmese si debe llevar su comida, agua, ropa de cama, catre u otro equipo.
- Empaque sus cosas pensando que los suministros serán limitados y las tiendas estarán cerradas. Consulte las recomendaciones para empacar de la organización de voluntarios o las de Emergency Partners Information Connection ([EPIC](#)<sup>32</sup>) para obtener más información.
- Si tiene necesidades especiales para su salud, como el uso de una máquina CPAP o de medicamentos refrigerados, asegúrese antes de movilizarse de que la organización de voluntarios pueda acomodarlas.
- Infórmese si la localidad donde se va a movilizar tiene una comunicación limitada —como una falta de recepción celular, internet, recepción de radio o televisión— y haga planes para comunicarse con su familia o para casos de emergencia tomando en cuenta esa posibilidad.
- Si tiene necesidades dietéticas especiales, asegúrese de que la organización de voluntarios pueda tomarlas en cuenta o lleve su propia comida.
  - Considere empacar agua adicional o alimentos

no perecederos como energy bars, nueces, frutos secos.

- Asegúrese de tener suficientes suministros médicos, medicamentos o suplementos personales que le duren toda la movilización.
- Sea más cuidadoso durante los periodos de descanso ya que los bares, restaurantes y lugares de entretenimiento también implican un riesgo de exposición al COVID-19.

## Medidas de seguridad adicionales para considerar sobre el terreno

**Conducción segura.** Conducir por las carreteras puede ser peligroso durante un desastre natural debido a la subida del agua, basura y desechos en las calles, hoyos ocultos y los apagones de semáforos y señales de tráfico. Manténgase alerta de cualquier riesgo posible y, si es absolutamente necesario conducir, solicite que un supervisor del lugar le dé indicaciones, si se puede. Si desea más información sobre cómo conducir sin riesgos, consulte la guía del CDC “Drive Safely in a Disaster Location”.<sup>33</sup>

**Seguridad eléctrica.** Tenga cuidado a la hora de usar extensiones eléctricas, evite sobrecargar los tomacorrientes y preste atención al usar artículos con alambres o conectores dañados o al usar generadores de energía. La energía eléctrica puede verse interrumpida o reducida durante una emergencia. Se pueden usar generadores para alimentar circuitos limitados. No abra cajas de fusibles ni toque alambres dañados que pudieran tener corriente eléctrica.

**Envenenamiento por monóxido de carbono (CO).** Las situaciones de emergencia podrían ocasionar la pérdida temporal o prolongada de energía eléctrica y obligarlo a usar generadores portátiles o de

<sup>32</sup><https://3hb3e83lj75i1iikjx1wkj2o-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/epic-spotlight-on-information-for-response-and-volunteer-organizations-on-responder-safety.pdf>

<sup>33</sup><https://www.cdc.gov/disasters/interimdrivesafely.html>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD



emergencia. Y estas mismas situaciones en época fría puede hacer necesario el uso de calentadores de queroseno y cocinar con cocinas de queroseno o de gel. Los generadores propulsados por petróleo (gasolina, diesel o propano), los calentadores de queroseno y las cocinas de gel producen CO, un gas invisible e inodoro que puede causar la muerte. **Nunca use generadores en un espacio encerrado como un garaje o la sala de un edificio, incluso teniendo puertas y ventanas abiertas.** Los generadores solo se pueden usar afuera, a 20 pies o más de distancia de ventanas abiertas, puertas u otras fuentes que puedan introducir aire al interior. Los calentadores de queroseno vienen en modelos con y sin ventilación. Los calentadores con ventilación sacan los productos de combustión de la estructura a través de un conducto o una chimenea, mientras que los calentadores de queroseno sin ventilación, sacan la combustión directamente al espacio que los rodea. Ambos tipos pueden causar quemaduras, incendios y envenenamiento con CO. Evite el envenenamiento con CO instalando detectores de CO en espacios habitables donde se usen calentadores portátiles y cocinas y revise el funcionamiento de los detectores con frecuencia. Consulte la [Consumer Products Safety Commission](#),<sup>34</sup> [Centers for Disease Control and Prevention](#),<sup>35</sup> y los sitios comerciales para obtener más advertencias e instrucciones que pueden ayudarle a trabajar libre de riesgos.

## Apéndice A. Equipos de respuesta ante emergencia de la comunidad (CERT)

La Federal Emergency Management Agency (FEMA) creó un programa llamado Community Emergency Response Team (CERT) para ayudar a la gente a prepararse para un desastre. El programa CERT

ofrece capacitación en los siguientes temas: cómo prepararse para casos de desastre, sistema de comando de incidentes (ICS), operaciones médicas tras un desastre, psicología del desastre, seguridad contra incendios y control de los servicios públicos, búsqueda y rescate ligero y respuesta ante terrorismo. La mayoría de las organizaciones CERT están afiliadas con la policía o los bomberos de la localidad. Puede recibir una capacitación CERT para prepararse por su cuenta o puede participar como voluntario en su comunidad a través de la organización CERT de su localidad. [Busque un programa CERT](#)<sup>36</sup> cerca de usted usando la función de búsqueda del sitio web de CERT.

Los voluntarios de CERT pueden ser llamados a asistir a las agencias afiliadas en muchas formas, y a veces reciben la misma cobertura de seguro de esa misma agencia cuando son movilizados. En algunos casos, como en California, la agencia afiliada podría buscar voluntarios certificados como voluntario-trabajador para servicios de desastre (DSW). Los voluntarios DSW podrían estar cubiertos por el programa de compensación de los trabajadores del estado de California. Infórmese con la agencia afiliada para ver si se le puede considerar un DSW con posible cobertura.

## Apéndice B. Casos prácticos y breves

**1. Casos prácticos de respuesta ante el huracán Hanna en la que participaron organizaciones no gubernamentales como la American Red Cross y otras organizaciones voluntarias y activas en desastres (VOAD):**

**American Red Cross (Cruz Roja de Estados Unidos).** Durante la respuesta ante el huracán Hanna en Texas central y sur, donde participó la American

<sup>34</sup><https://www.cpsc.gov/s3fs-public/kerosene.pdf>

<sup>35</sup><https://www.cdc.gov/niosh/topics/co-comp/default.html>

<sup>36</sup><https://community.fema.gov/PreparednessCommunity/s/cert-find-a-program>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

Red Cross, el director ejecutivo local A.J. Renold afirmó que: “Gran parte del trabajo [de respuesta] se hace virtualmente. Antes, quizás un 70 por ciento de nuestros trabajadores estaba sobre el terreno, y viajaban por todo el país ofreciendo asistencia. Eso ahora se ha invertido y el 70 por ciento de nuestros trabajadores hacen [el trabajo de respuesta] a distancia”. También afirmó que algunos de los voluntarios locales están haciendo su trabajo en línea mientras que otros han sido movilizados al área para [proveer asistencia](#).<sup>37</sup>

**Salvation Army.** La organización brindó asistencia de misión a la respuesta tras el paso del huracán Hanna proporcionando ocho push packs de 3500 comidas y dos paletas de agua, lo que fue entregado preliminarmente en San Antonio hasta poder moverlo al área afectada; seis unidades para proveer alimentos que fueron enviadas o se mantuvieron en reserva; y comida tipo banquete de Kerrville and Bryan para apoyar los esfuerzos de respuesta en Corpus Christi y McAllen. Salvation Army de McAllen, a solicitud de la administración de emergencia del condado de Hidalgo, abrió sus instalaciones ubicadas en 1600 N. 23rd Street para usarlas como albergue previo a que el huracán tocara tierra con una capacidad de 30 camas, y ahí también se ofreció capacitación al personal para asegurarse de que todos los equipos pudieran adherirse a los protocolos de seguridad debido al COVID-19 —como llevar puesto el PPE y el distanciamiento social cuando fuera aplicable.<sup>38</sup>

**United Methodist Committee on Relief (UMCOR).** Esta organización sin fines de lucro otorgó una subvención de solidaridad para apoyar la respuesta de la Conferencia de Río Texas de la Iglesia Metodista Unida. La conferencia movilizó equipos de respuesta de emergencia y recibió kits de limpieza para las

familias afectadas por las inundaciones. El huracán Hanna causó un daño profundo en el distrito El Valle y un daño limitado en el distrito Coastal Bend. El ministerio de respuesta ante desastres de Río Texas comenzó a monitorear la situación mientras Hanna se desarrollaba en el Golfo y comenzó abasteciendo kits de limpieza UMCOR tan pronto como fue posible entrar en el área sin exponerse. Para el 30 de julio de 2020, se habían entregado 975 kits de limpieza UMCOR (cubetas para inundación) y 100 toldos que venían del almacén de Martinez Disaster en Kerrville. Más tarde, se entregaron cuatro mil kits de higiene UMCOR que venían de Kerrville y se esperaba que la semana siguiente llegaran otros seiscientos kits de limpieza de UMCOR Sager Brown. También se entregaron generadores y herramientas en el área. La mayoría de los suministros se depositaron preliminarmente en First UMC McAllen.<sup>39</sup>

Si desea más información sobre la respuesta tras el paso de un huracán y durante la pandemia de COVID-19, consulte la [FEMA COVID-19 Pandemic Operational Guide for 2020 Hurricane Season](#).<sup>40</sup> Socios de FEMA junto con otras agencias federales como el U.S. Army Corps of Engineers, la Defense Logistics Agency, además de organizaciones no gubernamentales como la American Red Cross.

## 2. Caso práctico que enfatiza la importancia de un periodo de cuarentena de 14 días

**American Seafoods.** El sector de procesamiento de mariscos, aplica una regla estándar a todo el personal que consiste en poner a todo el personal en una cuarentena de 14 días y administrarle la prueba de COVID-19 antes de que zarpen al mar donde los trabajadores deberán dormir, comer y trabajar codo con codo en turnos de 16 horas en buques pesque-

<sup>37</sup><https://www.kbtx.com/2020/07/28/local-red-cross-volunteers-helping-with-hurricane-hanna-recovery/>

<sup>38</sup>Texas Division of Emergency Management State Situation Report, Monday, July 27, 2020, <https://tdem.texas.gov/situation-reports/>

<sup>39</sup><https://riotexas.org/news/2020/7/30/hurricane-hanna-response-underway>

<sup>40</sup><https://www.fema.gov/media-collection/covid-19-pandemic-operational-guidance-2020-hurricane-season>



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

ros. Los empleadores que siguen estas directrices no han registrado brotes en las embarcaciones. Una compañía, American Seafoods, eligió primero observar un periodo de cuarentena de cinco días seguido de pruebas en lugar del estándar del sector que es de 14 días. Después de que 110 empleados en tres buques distintos se enfermaran en un mes, American Seafoods decidió observar el estándar del sector.

## Apéndice C. Referencias y recursos adicionales

- American Meteorological Society Declaración sobre la preparación ante huracanes durante la pandemia de COVID-19, [bit.ly/ams-hurricane-prep](https://bit.ly/ams-hurricane-prep).
- CDC Respondedores de emergencia: sugerencias para cuidarse, [bit.ly/cdc-care-tips](https://bit.ly/cdc-care-tips).
- CDC: Preguntas y respuestas para bomberos forestales, [bit.ly/wildland-faq](https://bit.ly/wildland-faq).
- CDC: Huracanes y COVID-19, [bit.ly/hurricanes-and-covid-19](https://bit.ly/hurricanes-and-covid-19).
- CNCS: Managing Spontaneous Volunteers in Times of Disaster (PDF), [bit.ly/spontaneous-volunteers](https://bit.ly/spontaneous-volunteers).
- FEMA: Evacuación y asistencia de alojamiento bajo una declaración de emergencia y en un clima de COVID-19, [bit.ly/fema-shelter-assist](https://bit.ly/fema-shelter-assist).
- FEMA: Obtenga asistencia tras un desastre, [bit.ly/find-assistance](https://bit.ly/find-assistance).
- National Hurricane Center: [www.hurricanes.gov](https://www.hurricanes.gov).
- National Weather Service: [www.weather.gov](https://www.weather.gov).
- NIEHS Worker Training Program: Emergency Support Activation Plan Awardee Instructor Deployment Guide (PDF), [bit.ly/deploy-guide](https://bit.ly/deploy-guide).
- NIST Technical Note 1882: Indoor Environmental Issues in Disaster Resilience (PDF), [bit.ly/nist-note-1882](https://bit.ly/nist-note-1882).
- Ready.gov: Kit de suministros para casos de desastre, [www.ready.gov/kit](https://www.ready.gov/kit).
- Ready.gov: Huracanes, [www.ready.gov/hurricanes](https://www.ready.gov/hurricanes).
- Red Cross: Preparación para casos de desastre durante COVID-19, [bit.ly/redcross-prep](https://bit.ly/redcross-prep).
- University of North Carolina Medical Center: Volunteer Handbook (PDF), [bit.ly/volunteer-uncmed-center](https://bit.ly/volunteer-uncmed-center)

## AIHA®

AIHA es la asociación para científicos y profesionales comprometidos a preservar y garantizar la salud y seguridad ocupacional y ambiental (OEHS) en el lugar de trabajo y la comunidad. Fundada en 1939 con el nombre de American Industrial Hygiene Association® (AIHA®), ofrecemos soporte a nuestros miembros a través de nuestra experiencia, redes, programas de educación completa y otros productos y servicios que ayudan a mantener las normas más altas de competencia y profesionalismo. Más de la mitad de los casi 8500 miembros de AIHA son higienistas industriales certificados (CIH), y muchos también tienen otras designaciones profesionales. AIHA sirve de recurso para los empleados del sector público y del privado, así como para las comunidades donde trabajan. Si desea más información, visite [AIHA.org](https://AIHA.org).

## NIEHS

### Worker Training Program

El Worker Training Programa o WTP, ofrece subvenciones a organizaciones sin fines de lucro, incluidas organizaciones de salud y seguridad basadas en la fuerza laboral, así como instituciones académicas para que puedan facilitar capacitación a una diversidad de trabajadores que podrían tener que trabajar en un entorno con riesgos. La capacitación se ofrece a trabajadores en muchos sectores ocupacionales, como:



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | [aiha.org](https://aiha.org)

- Trabajadores de saneamiento ambiental
- Primeros respondedores
- Empleados sanitarios
- Trabajadores industriales o de la construcción
- Agentes del orden público
- Trabajadores de transporte o ferroviarios

Cierta capacitación va dirigida a poblaciones particulares, como los trabajadores que están subempleados o los que no hablan inglés.

El WTP apoya el desarrollo de planes de estudio y programas de capacitación en todo Estados Unidos para ayudar a los empleadores a cumplir los requisitos estipulados en la norma de la Occupational Safety and Health Administration llamada Hazardous Waste Operations and Emergency Response (HAZWOP-ER), además de las normas de la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos respecto a las operaciones con desechos peligrosos y respuestas de emergencia.

La capacitación se proporciona a través de programas en seis áreas distintas:

- Programa de capacitación de trabajadores que manejan residuos peligrosos
- Programa de capacitación para trabajadores de profesiones medioambientales
- Programa de capacitación y preparación en HAZMAT (manejo de sustancias peligrosas) para casos de desastre
- Programa HAZMAT en línea de SBIR
- Programa de capacitación de trabajadores del sector nuclear, NIEHS/DOE
- Programa de capacitación para dar respuesta a enfermedades infecciosas y bioseguridad de ébola

### Acerca de los profesionales de salud y seguridad ocupacional y medioambiental

Los profesionales de salud y seguridad ocupacional y medioambiental (OEHS, que también se conocen como higienistas industriales) practican la ciencia de anticipar, reconocer, evaluar, controlar y confirmar las condiciones en el lugar de trabajo que pueden causar lesiones o enfermedades en los trabajadores. A través de un ciclo continuo de mejora de la planificación, ejecución, control y actuación, los profesionales OEHS garantizan que las condiciones de los lugares de trabajo sean higiénicas y seguras.

- Obtenga recursos adicionales en el centro de AIHA: [Coronavirus Outbreak Resource Center](#).
- Ubique higienistas industriales calificados y profesionales OEHS en esta [Lista de consultores](#).



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

### Descargo de responsabilidad

AIHA no se hace responsable ante la ley y queda eximida de todo reclamo, causa de acción judicial y demandas de cualquier tipo que un tercero pueda efectuar tras un daño, pérdida o lesión que resulte de la observancia de las presentes directivas.

Estos documentos guía fueron preparados principalmente para aquellos negocios pequeños que no cuentan fácilmente con recursos de salud y seguridad ocupacional, y están concebidos para ayudar a los dueños de negocios, empleadores, empleados y consumidores a implementar procedimientos respaldados por la ciencia que tienen como fin limitar la propagación del coronavirus. Asimismo, están sujetos a toda directiva local, estatal o federal que pueda existir o a las órdenes acerca de la operación de un negocio y solo pueden usarse si no contradicen ninguna de esas órdenes. Estos documentos están sujetos a revisión y deberán actualizarse teniendo en cuenta ese aspecto.

AIHA no ofrece ninguna declaración ni garantía explícita ni implícita ni de ningún tipo respecto a su material protegido por copyright, lo que incluye, entre otros, la garantía implícita de comerciabilidad, título, infracción o idoneidad para un propósito en particular. AIHA deberá ser exonerada, defendida y eximida por todos los terceros y sus directores, funcionarios, agentes, empleados y asignados, así como cualquier persona autorizada por cualquiera de ellos, de y contra cualquier reclamación, responsabilidad, pérdidas y daños, incluyendo los honorarios razonables de abogados, que se deriven, total o parcialmente, del uso del material de copyright.



| [backtoworksafely.org](https://backtoworksafely.org)

Escanee con frecuencia este código QR para ver si se han publicado nuevas versiones de los documentos guía de AIHA, así como para encontrar documentos guía para otros negocios y sectores.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | [aiha.org](https://aiha.org)