



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

Guía de Reapertura para: Instalaciones Deportivas y de Entretenimiento Medianas y Pequeñas

Guía de Orientación

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

Visión General

Las instalaciones deportivas y de entretenimiento medianas y pequeñas en los Estados Unidos se han visto muy afectadas por la pandemia del COVID-19. La mayoría, si no todas, fueron consideradas como “no-esenciales” por los gobiernos federales y estatales de los Estados Unidos, lo que dio como resultado el cese de las operaciones y el cierre de sus lugares de trabajo. Actualmente, muchos estados están en el proceso de tratar de reabrir partes de la economía, lo que incluye algunas empresas no esenciales. Las instalaciones deportivas y de entretenimiento están actualmente en ese proceso de reapertura. Estas instalaciones son propensas a aglomeraciones; por lo tanto, deben abordar la reapertura con un mayor nivel de precaución.

Existe evidencia que sugiere que el virus SARS-CoV-2, que causa el COVID-19 puede propagarse principalmente a través de gotitas respiratorias a corta distancia. Es poco probable que se transmita por el aire por exposición a microgotas respiratorias en aerosol a larga distancia. Sin embargo, hay evidencia que este último modo de transmisión es posible, particularmente en espacios interiores llenos de gente. Las personas también pueden infectarse tocando superficies contaminadas. Se ha demostrado que el virus puede sobrevivir en aerosoles por horas y en las superficies por días. La infección puede ocurrir a través de la exposición de los ojos, nariz y boca. Hay una fuerte evidencia que las personas pueden propagar el virus siendo presintomáticas o asintomáticas.

Las instalaciones deportivas y de entretenimiento medianas y pequeñas incluyen, pero no están limitadas a:

- Canastas de Bateo
- Billar/Salas de Billar
- Bolerías

- Campos de Golf
- Cines
- Salas de Juegos o Salas de Máquinas
- Salas de Karaoke
- Cata de Vinos
- Museos
- Locales de Teatro en Vivo
- Salas de Música/Baile
- Casinos

La reapertura de estas instalaciones debe abordarse caso por caso, incorporando las normas locales, estatales y federales. A medida que los propietarios y administradores de estas instalaciones empiecen con el proceso de reapertura, deben abordar las siguientes preguntas fundamentales:

- ¿Qué medidas podemos adoptar para proteger la salud de los empleados y de los dueños?
- ¿Qué comunicación se necesita para tener a todos informados sobre los pasos de prevención que se están tomando?
- ¿Qué capacitación se necesita para los empleados?
- ¿Qué limitaciones necesitaremos implementar tanto para empleados como para los dueños?
- ¿Cómo manejamos las aglomeraciones en todo el lugar incluyendo las horas pico?
- ¿Qué precauciones debemos tomar con relación a las superficies interactivas de alto contacto (e.g. bowling, casinos, etc.)?

Este documento ofrece orientación práctica para las instalaciones deportivas y de entretenimiento, medianas y pequeñas, a medida que desarrollen sus planes de reapertura incluyendo el distanciamiento físico, ventilación, prácticas mejoradas de limpieza y desinfección, baños, higiene personal, bienestar de los empleados y otras medidas de control.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

¿Qué debe hacer un Empleador para protegerse a sí mismo y a sus empleados?

Los empleadores deben monitorear continuamente las guías globales de orientación de la Organización Mundial de la Salud (OMS), las federales del CDC y de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA), las estatales y locales, para cambios en las recomendaciones, estrategias de limpieza y desinfección, y otras mejores prácticas de gestión.

Por ejemplo, se deben revisar y abordar las normas generales para industrias específicas, higiene del trabajador, limpieza y desinfección, distanciamiento físico, y el bienestar de los empleados. Los empleadores deben establecer un equipo con conocimiento adecuado para asesorar e implementar las nuevas estrategias, a medida que estén disponibles. Además de las mejores prácticas, las empresas deben considerar un plan de reocupación que incluya un plan de respuesta detallado incluyendo las acciones a tomar si alguien se enferma con síntomas del COVID-19 mientras está en el trabajo.

Distanciamiento Físico

- Considere reducir el número de personas permitidas en la instalación al 50% (o menos).
- Las consideraciones de capacidad no solo deben aplicarse a la instalación en su conjunto sino también a las áreas de exhibiciones y reproducciones para permitir el distanciamiento físico.
- Para algunas instalaciones, la creación de flujos de tránsito en un solo sentido puede ser adecuado para mitigar las aglomeraciones y prohibir la formación de grupos de personas.
- El distanciamiento físico debe ser mantenido aún para grupos pequeños que se congreguen para las exhibiciones o eventos pequeños dentro de la instalación.
- Los empleados deben practicar el distanciamiento físico (6 pies o más) cuando interactúen con los dueños, proveedores y otros empleados.
- Desarrolle estrategias para que los empleados puedan minimizar el contacto con superficies de alto contacto y se laven las manos/usen desinfectante de manos antes y después de tocarlas.
- Ponga a disposición estaciones de desinfectante de manos en todo el lugar de trabajo y los espacios públicos. Las estaciones también deben colocarse en ubicaciones convenientes, tales como en las entradas, salidas, cerca de los elevadores, y de los baños. Siempre que sea posible, se deben instalar los dispensadores de desinfectante de manos no táctiles.
- Establezca un sistema de pago que desaliente el uso de efectivo o cheques (e.g. use un sistema de pre pago o una aplicación, cuando sea posible, o haga que el proveedor acepte la información de pago por teléfono).
 - Aliente a los dueños a comprar todos los boletos y hacer las reservaciones en línea.
 - Considere el uso de aplicaciones de teléfonos inteligentes (smart phone) para órdenes de alimentos, bebidas. Esto puede evitar las congestiones alrededor de las áreas de pedidos.
 - Si no es posible, las áreas de compra de boletos deben delimitarse para asegurar el distanciamiento físico y estar claramente designadas. Considere las barreras físicas entre los empleados y los dueños para transacciones personales.
 - Para minimizar el contacto entre los clientes, considere usar los métodos de reservas únicamente para las áreas de la instalación utilizadas por pequeños grupos (mesas, pista de bolos, mesa de billar, etc.).
- Considere espaciar los grupos usando mesas marcadas, pistas de bolos “oscuras”, máquinas tragamonedas cerradas, etc.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

- Se recomienda el uso de guías (e.g. cinta adhesiva; pintura) para dirigir a los invitados en un movimiento unilateral.
- Considere barreras o divisiones entre las máquinas tragamonedas, juegos, etc.
- Se debe colocar letreros y barreras para evitar que los dueños toquen las barreras de exhibición, los letreros, las casetas de información, y otras superficies que se tocan con frecuencia.
- Los asientos asignados se deben usar donde sea apropiado (e.g. teatros, espectáculos) de modo que los invitados no se sienten uno al lado del otro
- Limite los clientes en las salas de karaoke y desaliente la mezcla de grupos.
- Alterne las horas de proyecciones, de los espectáculos y de los eventos para que los clientes de un evento no lleguen a la misma hora que los de otro evento.
 - Alterne las proyecciones, espectáculos y eventos para permitir también la desinfección y circulación de aire en cada espacio individual del teatro.
- Se debe incentivar a los clientes para no demorarse o socializar en la entrada o en la playa de estacionamiento antes o después de los espectáculos y eventos.

Ventilación

- Proporcione ventilación natural abriendo ventanas y puertas cuando sea posible para aumentar el flujo de aire. Si las ventanas y puertas no pueden permanecer abiertas, proporcione buena calidad de aire interior:
 - Mantenga los sistemas de ventilación operativos para mantener un confort térmico y maximizar el aire exterior basado en el diseño del sistema.
 - Mantenga la humedad relativa entre 40 y 60%.
 - Limite el uso de ventiladores portátiles de pedes-

tal o de techo.

- Si requiere de asistencia en asuntos de sistemas de ventilación, consulte un profesional del área y vea las actualizaciones de la Sociedad Americana de Ingenieros de Calefacción, Refrigeración y Aire Acondicionado (ASHRAE por sus siglas en inglés) [Recursos para prepararse para el COVID-19 \(Coronavirus\)](#) para mayor información.
 - Los profesionales de AIHA que ejercen en las áreas de Higiene Industrial y de las Ciencias de Seguridad y Salud Ocupacional y Ambiental de AIHA están también muy bien versados en ventilación por dilución general. AIHA tiene una [lista de consultores](#) calificados.
- Considere usar unidades portátiles de filtración HEPA.
- Si se usan ventiladores de pedestal o de techo, tome medidas para minimizar el aire que sopla directamente de una persona para otra. Si los ventiladores están desactivados o han sido removidos, los empleadores deben estar atentos a los pasos para prevenir los [peligros de estrés de calor](#).

Prácticas Mejoradas de Limpieza y Desinfección

- Eduque a los empleados en la limpieza de superficies de alto contacto (e.g. manijas de puertas, plumas/grifos, interruptores de luz etc.) y de las superficies específicas de alto contacto (e.g. pantallas táctiles interactivas, máquinas expendedoras, máquinas tragamonedas, equipos compartidos, etc.).
- Seleccione los desinfectantes adecuados – considerando su efectividad y seguridad.
 - La Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA) ha desarrollado una [lista de productos](#) que cumplen con los criterios de la EPA para su uso contra el SARS-CoV-2.
 - No mezcle diferentes químicos registrados por la EPA. La combinación puede ser tóxica por in-



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

- halación. Tenga un cuidado especial cuando use cualquier producto que contenga amonio, hipoclorito de sodio (lejía), o peróxido de hidrógeno.
- Revise las etiquetas de los productos y las Hojas de Datos de Seguridad (SDS por sus siglas en inglés Safety Data Sheets) y siga las especificaciones del fabricante para la limpieza y desinfección.
 - Considere consultar a un profesional de Seguridad y Salud Ocupacional y Ambiental (OEHS) o un experto en Higiene Industrial. Si se requiere de asesoría adicional, AIHA tiene una [lista de consultores](#) calificados.
- Establezca una rutina de desinfección.
 - Asegúrese que los protocolos de desinfección siguen las instrucciones del producto para su aplicación y tiempo de contacto. Todos los artículos deben secarse completamente después de la limpieza.
 - Use toallitas o pañuelos desechables cuando estén disponibles. Si no están disponibles, asegúrese que los pañuelos reusables se mantienen, manipulan y limpian siguiendo las instrucciones del producto.
 - Considere desarrollar un procedimiento estándar de operación, una lista de verificación/cotejo, o sistema de auditoría para capacitar de manera constante a los empleados en las mejores prácticas de limpieza y desinfección o para monitorear cuándo y cómo se realiza la limpieza y desinfección. Tenga en cuenta que esto puede ser un requerimiento en algunos estados o jurisdicciones locales.
 - Considere consultar a un fabricante sobre la adecuada desinfección de equipos electrónicos.
 - Aliente a los empleados para lavar y secar diariamente los uniformes y las cubiertas faciales a la más alta temperatura permitida por la tela.
 - Cualquier equipo compartido (e.g. zapatos de bowling, tacos, micrófonos, etc.) debe guardarse detrás de un mostrador y desinfectarse adecuadamente entre usos con un desinfectante mencionado en la Lista N de la EPA.
 - El servicio de comida y bar deben seguir las prácticas descritas por la FDA y las guías locales y estatales. Los empleados deben referirse a la [Guía para Retornar al Trabajo de Forma Segura para Bares y Restaurantes](#) de AIHA.
 - Se deben suspender las recargas de palomitas de maíz, bebidas, y otros artículos y se debe siempre usar nuevos recipientes.
 - Se deben cerrar las máquinas de bebidas y estaciones de condimentos de autoservicio cuando sea posible, y cuando no lo sea, se deben incrementar mejores prácticas sanitarias.
 - Cualquier otra atracción (e.g., salas de juego, juego electrónico de tiro) debe reabrirse con precaución, aumentando las prácticas de desinfección y disminuyendo la capacidad. Por ejemplo, la reapertura de salas de juego puede incluir limitaciones para el número o tipo de juegos abiertos (e.g., no se permiten juegos para varios jugadores; abrir únicamente todos los demás juegos).
 - Las superficies que se tocan con frecuencia, deben desinfectarse entre cada uso. Si eso no se puede lograr, entonces el dueño debe considerar dejar cerradas esas áreas.
 - Se deben desarrollar protocolos de limpieza y desinfección más profundos e implementarlos cuando se haya confirmado casos de COVID-19. Consulte el documento titulado [Limpieza del Lugar de Trabajo por el COVID-19](#) de AIHA.
- Baños (NOTA: [Consulte la guía complementaria sobre uso de secadores de aire](#))**
- Se debe limitar el número permitido en los baños y desalentar las filas o que se formen con el distanciamiento adecuado.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

Se debe colocar letreros en el baño alentando al lavado de manos e ilustrando la técnica adecuada del lavado de manos.

- Coloque letreros limitando el número de personas para el baño para permitir el distanciamiento físico adecuado y para recordar a los invitados que se laven las manos antes y después de usar el baño.
- Minimice los puntos de contacto a la entrada y salida de los baños, si es posible.
- Si la puerta no puede abrirse sin tocar la manija, proporcione papel toallas y un recipiente de basura cerca de la puerta de modo que se pueda usar el papel toalla al tocar la manija y luego desecharlo.
 - Considere controlar el acceso a los baños con una llave para vigilar mejor las medidas de desinfección. Si se usa una llave, considere desinfectarla después de cada uso.
- Las puertas para baños con compartimientos múltiples deben poder abrirse y cerrarse sin tocar las manijas, si es posible.
- Coloque letreros indicando que las tapas de los inodoros (si las hay) deben cerrarse antes y después de la descarga.
- Use plumas/grifos, dispensadores de papel, dispensadores de jabón y recipientes de basura no táctiles, de ser posible.
- Se debe tener disponible el jabón de manos para los ocupantes.
- Proporcione papel toalla y secadores de aire en los baños.¹
 - La OMS y el CDC afirman actualmente que las manos pueden secarse usando papel toalla o un secador de manos.
 - Debido a la actual incertidumbre acerca de la transmisión del SARS-CoV-2, se debe tener

cuidado cuando se use un secador de mano o papel toalla.

- Se desaconseja el uso de secadores de mano táctiles o de empuje debido a la posible contaminación de la superficie. Si se usan secadores de mano, considere dispositivos sin contacto.
- Las empresas y los empleadores deben trabajar junto con los profesionales de sistemas de ventilación para asegurar que los baños están bien ventilados, y si se usa filtración, que se siguen las prácticas adecuadas de filtración.
- Aumente la frecuencia y esfuerzos para mantener los baños limpios y debidamente desinfectados y mantenga un registro de prácticas sanitarias laborales.

Higiene Personal

- Como mínimo, los empleados deben lavarse las manos después que han estado en un lugar público, después de tocar la cubierta facial, después de sonarse la nariz, toser o estornudar, después de usar el baño, después de tocar cualquier superficie común, y antes de comer. **Evite tocarse los ojos, nariz o boca con las manos sin lavar.**
- Los empleados deben lavarse las manos con agua corriente limpia, con jabón, hacer espuma y frotar por lo menos 20 segundos, para luego enjuagarse. Séquese las manos con un papel toalla limpio o secador de aire. Cuando no se puede usar agua y jabón, use un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de etanol o 70% alcohol isopropílico. Cualquier uso de un desinfectante a base de alcohol, debe seguir las pautas sanitarias locales y estatales.
- Proporcione estaciones de lavado de mano en la parte delantera del edificio, o alternativamente desinfectante de manos si no es posible.

¹NOTA CAMBIO DE VERSIÓN: En la versión 1 de este documento de orientación, en la sección titulada “Baños” se indicaba desconectar o poner con cinta adhesiva el secador de manos. (NOTA: [Consulte la guía complementaria sobre uso de secadores de aire](#))



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

- Se deben proporcionar dispensadores de desinfectantes de manos automáticos en todo el lugar de trabajo.
- Proporcione desinfectante de manos tanto a los dueños como a los empleados solo en las áreas de trabajo.
- Se debe colocar letreros en cada estación de desinfectante de manos alentando al uso adecuado e ilustrando la técnica de desinfección de manos.
- Los empleados deben cubrirse la boca y nariz con un pañuelo de papel cuando tosan o estornuden y desechar el pañuelo usado en la basura. Si no tienen un pañuelo, tosa o estornude hacia la parte interior del codo, no en sus manos. Inmediatamente lávese las manos después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Aprenda más sobre [la etiqueta para toser y estornudar](#).

Bienestar del Empleado

- Se debe explicar a los empleados, antes de reabrir y nuevamente apenas se reanuden las operaciones, sobre los controles de salud y los requerimientos de informar sobre las personas contagiadas con el COVID-19.
- Comunique a los empleados la importancia de estar vigilantes a los síntomas y mantenerse en contacto con el empleador o la administración si se empiezan a sentir enfermos.
- Revise su programa de licencias o licencias por enfermedad para permitir tiempo libre y seguir todas las políticas de RRHH y los requerimientos regulatorios de HIPAA/otros.
- Haga controles de temperatura y de bienestar de los empleados antes de cada turno (**NOTA: asegúrese de cumplir con los estándares de privacidad para el acceso a los registros médicos de exposición de los empleados de OSHA.**)
 - Los controles de temperatura pueden incluir métodos manuales (use termómetros infrarrojos sin contacto) o cámara térmica que cumplan con las [Recomendaciones de la FDA](#). Se puede encontrar información adicional/guía sobre controles en el [Sitio web del CDC](#).
- Designe a un empleado para gestionar y conducir el control de temperatura siguiendo las guías del CDC que se encuentran en el enlace arriba mencionado. Si esto no es posible, los empleados se pueden autocontrolar su temperatura.
- El control debe hacerse de modo tal que se respete la privacidad de los empleados.
- Lleve a cabo una inspección visual de otras señales de enfermedad (e.g., mejillas enrojecidas, respiración rápida o difícil sin haber realizado actividad física reciente, fatiga, irritabilidad extrema, tos).
- Los empleados con fiebre de 100.4° F (38° C) o más, o con otras señales de enfermedad, no deben ser admitidos en la instalación.
- Los empleadores pueden considerar incorporar un cuestionario sobre el bienestar con preguntas como:
 - ¿Ha estado usted o una persona con la cual ha estado en contacto, diagnosticada con COVID-19 en los últimos 14 días? (contacto cercano es 6 pies o menos por más de 10 minutos).
 - ¿Ha tenido síntomas de resfrío o gripe en las últimas 72 horas (que incluya fiebre, falta de respiración, tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, náuseas, vómitos y diarrea)?
 - ¿Ha viajado a un destino internacional o doméstico con alta incidencia de COVID-19, “destino caliente” en los últimos 14 días?
 - Hay varios ejemplos disponibles de cuestionarios sobre bienestar (Ver Fuentes abajo).
- Solicite a los empleados que tengan síntomas o señales (i.e., fiebre, tos o falta de respiración) o que tengan un familiar en casa enfermo con COVID-19



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

que notifique a su supervisor y permanezcan en casa.

- Los empleados que están enfermos deben seguir las recomendaciones del CDC. Los empleados no deben retornar al trabajo hasta que se cumplan los criterios para suspender el aislamiento en consulta con los proveedores de salud y los departamentos de salud estatales y locales. Considere desistir de cumplir con los requerimientos de documentación médica durante la pandemia, ya que el CDC ha aconsejado a las personas con una enfermedad leve de NO acudir a un consultorio médico o sala de emergencia.
- Si un empleado está enfermo o da positivo a una prueba de COVID-19, debe informar al empleador sobre estos resultados. En caso de haber dado positivo a una prueba del COVID-19, el empleado debe permanecer en casa hasta que su médico lo autorice para retornar al trabajo siguiendo lo recomendado por el CDC en [Suspensión del Aislamiento para Personas con COVID-19 que no están en una instalación médica](#).
- Si un empleado da positivo a las pruebas:
 - Siga las recomendaciones federales, estatales y locales para informar y comunicar, sin dejar de cumplir con las regulaciones y guías pertinentes para la protección de información médica privada, tales como la confidencialidad requerida por Legislación para Americanos con Discapacidad (ADA). Vea lo que dice OSHA para orientación de como informar sobre exposiciones al COVID-19.
 - Involucre a RRHH inmediatamente y haga cumplir todas las normas y regulaciones de RRHH aplicables.
 - El empleado debe ser aislado del área en la que está actualmente y retirado del lugar de trabajo por un mínimo de 14 días. Consulte el documento del CDC [“Enfermedad del Coronavirus 2019](#)

[\(COVID-19\) Preguntas Frecuentes de las Empresas”](#).

- Cualquier individuo que tenga un “contacto cercano” (aproximadamente 6 pies) con el empleado enfermo debe ser aislado del lugar de trabajo por 14 días; y todos los otros empleados deben seguir cumpliendo con las reglas del distanciamiento físico. Comunique y refuerce con los empleados, manteniendo los requerimientos de PII e HIPAA, que ellos pueden haber estado expuestos y que deben controlar de cerca su salud, temperatura y los síntomas actuales ya identificados por el CDC. El rastreo de contactos y el intercambio de información debe ser bajo la orientación de Recursos Humanos debido a los requisitos de privacidad de HIPAA, ADA, y EEOC.
- Una mejor limpieza y desinfección debe ser realizada de inmediato por personal capacitado, el que debe usar cubiertas faciales y guantes, desechar los guantes después de su uso, y lavarse la cara y las manos cuando terminen. Las superficies visiblemente sucias deben limpiarse usando un detergente o jabón y agua ANTES de la desinfección.
- Para la desinfección use solo desinfectantes registrados por la EPA en la [Lista-N](#).

Otras Medidas de Control

- Solicite a los empleados considerar lo siguiente si ellos usan un transporte público para venir al trabajo:
 - Use otras formas de transporte, si es posible.
 - Si usa transporte público, mantenga el distanciamiento físico y use una cubierta facial de tela reusable o desechable.
 - Cambie la hora del transporte para horas menos congestionadas, de ser posible.
 - Lávese las manos lo más pronto posible después del transporte.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

- Aunque tal vez no sea necesario, si se siguen rigurosamente los protocolos para el lavado de manos, considere proporcionar guantes desechables a los empleados.
 - Si se usan guantes, se deben cambiar regularmente y no son un sustituto del lavado de manos.
- Dependiendo de los requerimientos locales, para aquellos que no pueden mantener un distanciamiento físico como parte de su trabajo, proporcione o aliente a todos los empleados a usar una cubierta facial de tela reusable o desechable y guantes y desinfectante de manos. **(NOTA: Las cubiertas faciales de tela reusables o desechables principalmente protegen a las demás personas. Una cubierta facial de tela reusable o desechable no es un sustituto para el distanciamiento físico.)**

NOTA: Si un empleador elige proporcionar protección respiratoria o el empleado voluntariamente solicita usar su propio respirador N95, siga todos los requerimientos de la norma de protección respiratoria de OSHA.

- Promueva a quienes estén enfermos o corren un mayor riesgo a permanecer en casa. Esto incluye:
 - Personas con condiciones médicas subyacentes.
 - Personas que viven con adultos mayores o que están en riesgo.
 - Personas con síntomas de las vías respiratorias superiores o gripe o que viven con alguien que tenga esos síntomas clínicos.
 - Personas con COVID-19, personas que viven con alguien con COVID-19, o que han estado expuestos con alguien que tiene COVID-19.
- Los empleadores deben educar a los empleados para reconocer los [síntomas del COVID-19](#) y proporcionar instrucciones sobre qué hacer si desarrollan estos síntomas. Como mínimo, cualquier trabajador debe informar inmediatamente a su supervisor, su médico, y al departamento de salud lo-

cal, quienes darán orientación sobre qué acciones se deben tomar.

Capacitación

- Implemente e informe a los empleados sobre las políticas de apoyo laboral según corresponda:
 - Las políticas flexibles de licencia por enfermedad deben ser consistentes con las normas de salud pública. El proporcionar una licencia por enfermedad pagada es una forma importante de alentar a los empleados para permanecer en casa cuando están enfermos.
 - Considere no exigir el resultado de una prueba de COVID-19 o una nota del médico a los empleados que están enfermos para certificar su enfermedad y calificar para una licencia por enfermedad. Si usted necesita una nota del médico de sus empleados para certificar que ellos están sanos y aptos para retornar al trabajo, tenga en cuenta que tanto el médico y los consultorios médicos pueden estar muy ocupados y no puedan entregar dicha nota en forma oportuna. Obtenga mayor información relacionada con la [Legislación sobre Americanos con discapacidad durante la pandemia del COVID-19](#).
 - Flexibilidad para permanecer en casa para cuidar de un familiar enfermo.
 - Políticas de Recursos Humanos consistentes con las guías de salud pública y la legislación estatal y federal para lugares de trabajo. Para mayor información sobre las responsabilidades del empleador, visite el Departamento de Trabajo y los sitios web de la [Comisión de Igualdad de Oportunidades de Trabajo](#).
 - Programas de asistencia al empleado y recursos comunitarios para ayudar a los empleados para manejar el estrés y recibir apoyo.
 - Promueva a que los empleados con un alto riesgo de contraer enfermedades severas soliciten lugares especiales que les permita realizar sus



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

funciones de forma segura a la vez que protegen la información confidencial de la salud de los empleados.

- Coloque letreros y recordatorios en las entradas y lugares estratégicos proporcionando instrucciones sobre la higiene de manos, higiene respiratoria y el manejo de la tos. Esto debe incluir letreros con imágenes para las personas que no hablan inglés, según corresponda.
- Brinde instrucción y capacitación a los empleados sobre cómo:
 - Ponerse y quitarse los guantes, si se usan (e.g. manipulación de alimentos, desinfección).
 - Limpiar y desinfectar las superficies de acuerdo con las especificaciones del producto.
 - Usar correctamente la cubierta facial y/o respiradores.
- Proporcione Hojas de Datos de Seguridad (SDS por sus siglas en inglés Safety Data Sheets) para los productos de limpieza y desinfección y asegúrese que los empleados estén al tanto de los riesgos de su uso. Incorpore los nuevos riesgos en el Programa de Comunicación de Riesgos existente de la OSHA.
- Los empleados deben recibir, como mínimo, una capacitación de concientización sobre los productos de limpieza y desinfección usados en el lugar de trabajo siguiendo las normas de OSHA sobre Comunicación de Riesgos. Para los empleados que vayan a usar los desinfectantes y limpiadores también se les debe incluir en la capacitación el uso apropiado, EPP, manejo de desechos y todas las medidas de precaución.
- Si necesita asesoría, los profesionales, científicos e higienistas industriales de AIHA tienen experiencia en Equipos de Protección Personal (EPP) y en capacitación. AIHA tiene una [lista de consultores](#) calificados.

Desechos y Lavandería

- Los artículos de un solo uso y los materiales de desinfección usados pueden ser tratados como desechos normales, siguiendo las normas de seguridad regulares.
- Cualquier material de tela reusable se puede lavar con detergente y secarlo en el ajuste de temperatura más alto indicado para la tela.
- Se deben desarrollar e implementar los protocolos de limpieza y desinfección más profundos cuando se haya confirmado casos de COVID-19. Consulte sobre [Limpieza en los lugares de trabajo para COVID-19](#) de AIHA.

Comunicación

- Comunique a los dueños que está haciendo el establecimiento minorista para mitigar la propagación del COVID-19.
 - Considere usar sitios web, medios sociales, correos electrónicos o puntos de venta electrónicos para informar a los dueños sobre los protocolos y procedimientos vigentes, así como cualquier otra restricción o requisitos para los usuarios (e.g., rutina de desinfección, políticas de salud para empleados, y medidas de salud y seguridad implementadas).
- Considere comunicar a los clientes cuando visitar el establecimiento puede no ser una buena opción (e.g., cuidando a alguien que ha dado positivo al COVID-19, mostrando síntomas del COVID-19, estando en la categoría de alto riesgo, etc.).
- Comunique que el establecimiento tiene el derecho de rechazar a cualquier persona que muestre síntomas o que no siga las reglas de seguridad (e.g., distanciamiento físico).

¿Qué puede hacer un Empleado para protegerse a sí mismo y a los dueños?

- Los empleados deben evaluar su salud continuamente; si están enfermos, tienen fiebre, síntomas,



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

- o alguien en casa está enfermo, deben permanecer en casa. **NOTA: Se deben seguir en todo momento las Políticas de RRHH, las normas de la HIPAA y las otras regulaciones.**
- Dependiendo de los requisitos locales, y de acuerdo con las recomendaciones del CDC, como mínimo, use una cubierta facial de tela reusable o desechable (mejor si tiene una), cuando no pueda mantener un distanciamiento físico (en el interior o exterior). Asegúrese que la cubierta facial esté bien mantenida y limpia. Se puede encontrar información adicional sobre cubiertas faciales en el [Sitio web del CDC](#). **(NOTA: Las cubiertas faciales de tela reusables o desechables principalmente protegen a las demás personas. Una cubierta facial de tela o desechable no es un sustituto para el distanciamiento físico.**
 - Con la excepción de los niños menores de 2 años, las personas con dificultad respiratoria, que estén inconscientes, o que no puedan retirarse la cubierta facial sin ayuda, el CDC recomienda que todos usen una cubierta facial de tela reusable o desechable en lugares públicos y cuando estén cerca de personas que no viven en su casa, especialmente cuando las medidas de distanciamiento físico son difíciles de mantener.
 - Las cubiertas faciales de tela reusables o desechables no médicas NO son Equipo de Protección Personal (EPP), pero si ofrecen alguna protección para otros y deben usarse mientras estén cerca de otras personas en espacios comunes o espacios laborales compartidos. No son un sustituto del distanciamiento físico, los controles de ingeniería, la limpieza y desinfección, la higiene adecuada, o el permanecer en casa cuando se esté enfermo.
 - Retire las cubiertas faciales de tela reusables o desechables correctamente y lávese las manos después de haber manipulado o tocado una cubierta facial.
 - Lave las cubiertas faciales después de cada uso. Las cubiertas faciales de tela pueden incluirse con el lavado regular. Use detergente normal para el lavado y ajuste la temperatura más alta apropiada para la tela que se usó para la cobertura facial. Use la temperatura más alta y deje secar hasta que esté completamente seca. Si se seca al aire, extiéndala y permita que se seque completamente. Si es posible, colóquela bajo la luz solar directa.
 - Informe a su empleador si tiene inquietudes acerca del Equipo de Protección Personal (EPP) que se le proporcionó y que está debidamente instruido de cómo usarlo. [El CDC ha recomendado secuencias para ponerse y quitarse el EPP](#).
 - Mantenga buenas prácticas de higiene (lavado de manos con agua y jabón por lo menos 20 segundos o desinfectante de manos con por lo menos 60% de etanol o 70% de alcohol isopropílico). Consulte las [Guías del CDC sobre lavado de manos](#).
 - Como mínimo, lávese las manos después de haber estado en un lugar público, después de tocar su cubierta facial, después de sonarse la nariz, toser o estornudar, después de usar el baño, después de tocar cualquier superficie de contacto y antes de comer. **Evite tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.**
 - Si un empleado da positivo a las pruebas de COVID-19:
 - Permanezca en casa y manténgase aislado hasta que el médico determine que puede retornar al trabajo, siguiendo lo que indica el CDC en [Interrupción del Aislamiento para personas con COVID-19 que no están en una instalación médica](#).
 - Contacte a su supervisor e informe de sus resultados lo más pronto posible.
 - Notifique a su supervisor acerca de otros con los que entró en contacto.
 - Cúbrase la boca y nariz con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude y deseche el pañuelo de



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

papel usado en la basura. Si no tiene un pañuelo de papel, tosa o estornude hacia la parte interna del codo, no en sus manos. Inmediatamente lávese las manos después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Conozca más sobre la etiqueta para [tosar y estornudar](#).

Derechos de los Trabajadores

AIHA considera que la protección básica es un derecho de los trabajadores, así como un ingrediente esencial de los sistemas de salud y seguridad ocupacional, y que los empleadores deben proporcionar un ambiente de trabajo Seguro y saludable.

¿Qué puede hacer un Cliente para minimizar la transmisión del COVID-19?

- Si estás enfermo, permanece en casa. Si tienes fiebre, permanece en casa. Si alguien en tu casa está enfermo, permanece en casa. Si tienes alergias y no pueden controlar los estornudos, permanece en casa
- Usa una cubierta facial de tela reusable o desechable cuando entre y salga del edificio. Las cubiertas faciales que se usan dentro del establecimiento deben hacerse con responsabilidad. ME PARECE RARO ESTO
- Lávese las manos rutinariamente.
- Si usted o alguien en su casa está enfermo o ha estado en contacto con alguien con COVID-19, permanezca en casa.
- Cúbrase la boca y nariz con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude y deseche los pañuelos usados en la basura. Si no tiene un pañuelo, tosa o estornude en la parte interna del codo, no en sus manos. Inmediatamente lave sus manos después de secarse la nariz, toser o estornudar. Conozca más sobre la etiqueta para [tosar y estornudar](#).

Fuentes (Documentos mayormente disponibles en inglés)

- La EPA ha desarrollado una [lista de desinfectantes](#) para uso contra el SARS-CoV-2.
- ASHRAE tiene una lista [Recursos COVID-19](#) para abordar los desafíos de HVAC en los lugares de trabajo durante la pandemia.
- [El Comité de Calidad Ambiental en Interiores de AIHA ha desarrollado este documento de orientación para la reapertura después del cierre de edificios debido al COVID-19.](#)
- [El Comité de Calidad Ambiental en Interiores de AIHA ha desarrollado este documento de orientación acerca de la limpieza y reapertura de edificios después del cierre debido al COVID-19.](#)
- [Centro para el Control de Enfermedades – Secuencia apropiada para los EPP.](#)
- Evaluación de Salud del CDC [“Debemos evaluar a los empleados para los síntomas del COVID-19?”](#) sección de Preguntas Frecuentes de las Empresas.
- [American Gaming Association](#)
- [National Association of Theatre Owners](#)
- El Comité de Calidad Ambiental de Interiores de AIHA ha desarrollado estos documentos de orientación acerca de la reapertura y limpieza de edificios después de cierres debidos al COVID-19: [Recuperación por el cierre de edificios a causa del COVID-19](#) y [Limpieza del lugar de Trabajo por el COVID-19.](#)
- [Consideraciones Para el Uso Seguro de la Radiación UVC](#)
- [Enfoque en la Salud de la Construcción: COVID-19](#)
- [Prácticas Efectivas y Seguras: Guía para Guardianes y Personal de Limpieza y Mantenimiento](#)
- [Guía para Empleadores sobre Limpieza y Desinfección por COVID-19 en Lugares de Trabajo no relacionados con la Salud](#)



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

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

- [Reduciendo el Riesgo del COVID-19 Usando Controles de Ingeniería](#)
- [EPP para el SARS-CoV-2](#)
- [Uso de Sistemas de Detección en Tiempo Real](#)
- [Uso Adecuado de Respiradores para Trabajadores de Salud & Primeros Auxilios](#)
- Documento de AIHA en inglés: [Documento Oficial sobre Derechos de los Trabajadores](#)

AIHA®

AIHA es la asociación de científicos y profesionales comprometidos con la preservación y garantía de la salud y seguridad ocupacional y ambiental (OEHS) en el lugar de trabajo y en la comunidad. Fundada en 1939 como la Asociación Americana de Higiene Industrial (AIHA) apoyamos a nuestros miembros con nuestra experiencia, redes, programas de educación integral y otros productos y servicios que los ayudan a mantener los más altos estándares profesionales y de competencia. Más de la mitad de los casi 8,500 miembros son Higienistas Industriales Certificados (CIH) y muchos tienen otras designaciones profesionales. AIHA sirve como un recurso

para aquellos empleados en los sectores públicos y privados, así como en las comunidades para las que trabajan. Para más información, visite [AIHA.org](https://www.aiha.org).

Acerca de los profesionales de salud y seguridad y salud ocupacional y ambiental

Los profesionales de salud y seguridad ocupacional y ambiental (OEHS) (también conocidos como higienistas industriales) practican la ciencia de anticipar, reconocer, evaluar controlar y confirmar las condiciones del lugar de trabajo que pueden causar lesiones o enfermedades. Mediante un ciclo de mejora continua de planificación, ejecución, verificación y actuación, los profesionales de OHS se aseguran que los lugares de trabajo sean saludables y seguros.

- Obtenga recursos adicionales en el [Centro de Recursos para Brotes de Coronavirus](#) de AIHA.
- Encuentre un profesional calificado en Higiene Industrial y profesionales de OEHS cerca de usted en nuestro [Listado de Consultores](#).



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

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

Descargo de responsabilidad

AIHA no es legalmente responsable y quedará indemne de todos los reclamos, causas de acción y demandas, cualquiera que sea, cualquier tercero pueda incurrir por daños, pérdidas o lesiones que resulten de adherirse a estas pautas.

Estos documentos de orientación se desarrollaron principalmente para aquellas empresas más pequeñas que no tienen recursos de seguridad y salud ocupacional fácilmente disponibles, y están diseñados para ayudar a los propietarios de empresas, empleadores, empleados y consumidores a implementar procedimientos respaldados por la ciencia para limitar la propagación del coronavirus. Están sujetos a las directivas, leyes u órdenes locales, estatales o federales sobre el funcionamiento de una empresa y solo deben utilizarse si no entran en conflicto con dichas órdenes. Estos documentos están sujetos a revisión y se actualizarán en consecuencia.

AIHA no hace representaciones o garantías de ningún tipo con respecto a su Material con Derechos de Autor, ya sea expresa o implícita, incluyendo sin limitación cualquier garantía implícita de comerciabilidad, título, infracción o idoneidad para un propósito particular. AIHA será indemnizada, defendida y mantenida indemne por todos los terceros y sus directores, funcionarios, agentes, empleados y cesionarios, y cualquier persona autorizada por cualquiera de ellos, de y contra todas y cada una de las reclamaciones, responsabilidades, pérdidas y daños, incluidos honorarios razonables de abogados, causados por o que surjan total o parcialmente del uso del Material protegido por derechos de autor.



| backtoworksafely.org

Escanee periódicamente este código QR para verificar si se han publicado nuevas versiones de los documentos de orientación de AIHA, así como para encontrar documentos de orientación para otras empresas e industrias.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD