

# Prácticas Recomendadas COVID-19 Para Sitios de Construcción

Actualizada: 24 de marzo, 2020

Estas recomendaciones son guías generales y no específicas a un proyecto. Todos los Contratistas deberán de crear planes específicos para cada sitio tomando en cuenta las circunstancias particulares de cada proyecto. En cada plan específico se deben incluir y tomar en cuenta:

- La Oficina de Campo del proyecto
- Contacto e interacciones entre el equipo de trabajo (crew)
- Reuniones diarias y sesiones de seguridad
- Identificar planes de limpieza y saneamiento específicos para todo equipo y herramientas
- Escalaneo de los turnos de trabajo y compresión de la semana de trabajo para limitar interacción
- Acciones específicas a cumplir en caso de que alguien del sitio salga positivo para COVID-19

## Responsabilidades Personales

Es crítico que los individuos NO se presenten a trabajar mientras estén experimentando síntomas de enfermedad como fiebre, tos, falta de aire, dolor de garganta, congestión nasal, dolores de cuerpo, escalofrío o fatiga.

- Si un individuo desarrolla estos síntomas debe de buscar atención medica.

## Sano distanciamiento social

- No realice reuniones con grandes grupos de personas. La CDC recomienda que evitemos reuniones de más de 10 personas; que cuando tengamos reuniones mantengamos una distancia de 6 pies entre las personas. Realice sus reuniones en línea o por llamada en conferencia siempre que sea posible.
- Para limitar el número de personas en un sitio de trabajo, cuando sea posible permita al personal no-esencial que trabaje desde el hogar.
- Absténgase de usar el apretón de manos y otros saludos con contacto.

## Prácticas del Sitio de Trabajo/Oficina

- Deberían realizarse de manera remota todas las labores administrativas y funciones de la oficina del proyecto que se puedan.
- Comunique las recomendaciones claves de la CDC (y ponga avisos donde sea apropiado) a su personal y trabajadores especializados:

# Prácticas Recomendadas COVID-19 Para Sitios de Construcción

Actualizada: 24 de marzo, 2020

- Cómo Protegerse
- Si Usted Está Enfermo
- Preguntas Comunes sobre COVID-19
- Distribuya avisos que animen a permanecer en casa cuando enfermen, la manera correcta de cubrir la tos y estornudos, y también la higiene de las manos a la entrada del sitio de trabajo y en otras áreas del sitio donde estén a la vista.

**Los Supervisores deberían de hacerle a todos los empleados las siguientes preguntas antes de entrar al sitio de trabajo. Si la respuesta a cualquiera de ellas es “sí”, deberían pedirle que se vaya del sitio de trabajo inmediatamente.**

- Ha usted, o alguien de su familia, estado en contacto con alguien que haya tenido un resultado positivo para COVID-19?
- Ha usted, o alguien de su familia, estado en contacto con alguien que esté en proceso de tener una prueba de COVID-19?
- Ha usted, o alguien de su familia, viajado fuera de los Estados Unidos en las últimas dos semanas?
- Le ha mandado un médico guardar cuarentena por posible exposición al COVID-19?
- Está usted teniendo alguna dificultad para respirar o ha sentido síntomas parecidos a la gripe en las últimas 48 horas, tales como: fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, congestión nasal, dolor de cuerpo, escalofríos, o fatiga?
- Alguien en su casa ha tenido dificultad para respirar o síntomas parecidos a la gripe en los últimos 14 días, tales como: fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, congestión nasal, dolor de cuerpo, escalofríos, o fatiga?

**Cualquier persona a quien se le pida irse por mostrar síntomas no deberá de regresar al trabajo hasta que:**

- Haya estado libre de fiebre y sin síntomas por 72 horas sin tomar medicamento para bajar la fiebre,
- Este libre de otros síntomas por 24 horas, Y ya hayan pasado 7 días desde que sus síntomas comenzaron.

**Toda persona a quien se le haya pedido irse por haber estado expuesto debe de cumplir 14 días de cuarentena a partir de la última vez que estuvo expuesto o presentar pruebas de que no estuvo expuesto a COVID-19.**

# Prácticas Recomendadas COVID-19 Para Sitios de Construcción

Actualizada: 24 de marzo, 2020

- Indique a los empleados que se limpien las manos a menudo con un limpiador a base de alcohol que contenga un mínimo de 60-95% de alcohol o que se laven las manos con agua y jabón por 20 segundos cuando menos. El agua y el jabón son preferibles si las manos están visiblemente sucias.
- Proporcione agua y jabón y limpiador a base de alcohol en el sitio de trabajo. Asegúrese de que los suministros estén debidamente surtidos. Coloque limpiador de manos en múltiples ubicaciones o en salas de conferencias para fomentar la higiene de las manos.
- No reunirse en áreas de comedor.
- No compartir herramientas o dispositivos multi-usuario como iPads, computadoras laptop, radios portátiles, estaciones de cómputo, etc.
- Limitar el intercambio o el uso compartido de documentos impresos por medio de la distribución electrónica de los mismos siempre que sea posible.
- No compartir Equipo de Protección Personal (PPE).
- Desinfectar PPE reutilizable según las recomendaciones del fabricante antes de cada uso.
- Procurar que el PPE usado sea descartado debidamente.
- Utilizar guantes desechables cuando sea apropiado; enseñar a los trabajadores a lavarse bien las manos después de quitarse los guantes.
- Desinfectar suministros y equipo reutilizables después de cada turno de trabajo.
- Identificar ubicaciones específicas y prácticas para la basura diaria, tales como: papel, toallas de papel, envases de comida, etc. Educar a los trabajadores responsables de sacar la basura en el debido uso de PPE y lavado de manos.
- Cumplir con una rutina de limpieza del entorno (equipo, manijas, teclados, mostradores y otras superficies).
- Evitar el uso de fuentes de agua fría comunales. Ofrecer botellas de agua individuales o indicar a los trabajadores que traigan la suya propia.
- Utilizar tinas de limpieza del calzado (con una solución desinfectante sin cloro) antes de entrar o salir del sitio de trabajo.
- Enseñar a los trabajadores a cambiar de ropa antes de llegar a casa, y lavar la ropa en agua caliente con antiséptico para lavandería.
- No programar diferentes oficios a la vez si es posible.
- Utilizar toallas desechables y basureros de acceso a manos libres.
- Solicitar que los sanitarios portátiles sean desinfectados con mayor frecuencia.
- Evitar las técnicas de limpieza que pudieran resultar en la producción de bio-aerosoles, tales como el uso de aire comprimido o rociadores de agua a presión.
- Limpiar las superficies del interior de los vehículos de servicio o flotilla, volantes, palancas de cambios, tableros, etc; utilizar desinfectante en aerosol adentro de las cabinas.

# Prácticas Recomendadas COVID-19 Para Sitios de Construcción

Actualizada: 24 de marzo, 2020

- Al respecto del transporte de empleados, garantizar el sano distanciamiento y alentar a los trabajadores a que brinden su propio transporte cuando sea posible.

## Manejando Empleados Enfermos

- Exigir que los empleados que estén enfermos permanezcan en casa. Se recomienda que si un empleado tiene algún síntoma de enfermedad respiratoria aguda permanezca en casa y no regrese al trabajo hasta que esté libre de fiebre (100.4 F [38.0 C] o más según un termómetro de uso oral) o signos de fiebre por un mínimo de 72 horas, y cualquier otro síntoma por al menos 24 horas, sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre u otras medicinas para reducir los síntomas (por ejemplo, para controlar la tos). Los empleados deberán de notificar a su supervisor y permanecer en casa si están enfermos.
- Apartar a los trabajadores enfermos. La CDC recomienda que los empleados que parezcan tener síntomas de enfermedad respiratoria aguda (como tos, dificultad para respirar) al reportarse al trabajo o se enfermen durante el día deben de apartarse de los demás empleados y ser enviados a casa inmediatamente.
- Comunicar la política de la oficina de Recursos Humanos de su compañía al respecto del manejo del tiempo de incapacidad por COVID-19.
- Si algún empleado recibe un resultado positivo para COVID-19 deberá de permanecer en casa y alejado del sitio de trabajo y la oficina hasta que un médico le otorgue autorización para regresar al trabajo.

## Recursos del Gobierno

- AGC of America ha preparado guías generales y enlaces a información relevante de las agencias federales y organizaciones de salud.  
<https://www.agc.org/coronavirus-covid-19>
- Para estándares y directrices de OSHA y otra información pertinente a la exposición de trabajadores a COVID-19, visite su sitio web:  
<https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/standards.html>.

## Recursos de Proveedores

- [Amphibious Medics](#): Pueden proporcionar cámaras que producen una imagen térmica para detectar altas temperaturas corporales de los empleados que ingresan al sitio de trabajo; cualquier persona con alta temperatura puede verse obligado a llenar un formulario de la CDC. Contacte a [Terence Curran para mas detalles](#): 877-878-9185 x.2001



## Prácticas Recomendadas COVID-19 Para Sitios de Construcción

Actualizada: 24 de marzo, 2020

- [ARC Document Solutions](#): Avisos y posters de la CDC comúnmente utilizados están disponibles para la producción. Busque su centro de impresión [local ARC print center](#) para ordenar cualquier aviso de salud o bienestar que necesite.