



COVID - 19

INFOGRAFÍAS PARA REDES
SOCIALES Y SITIOS DE TRABAJO

Infográficas en Español

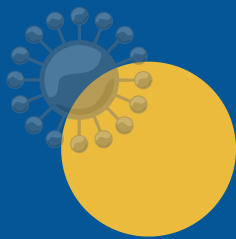
Información adquirida de las siguientes
fuentes:

World Health Organization
Center for Disease Control
LCLAA

El Consejo Nacional de Salud y
Seguridad Ocupacional

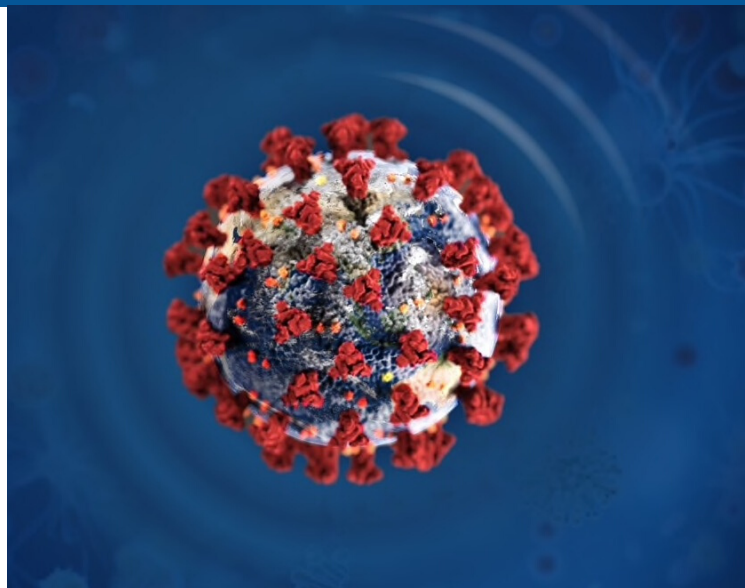
Actualizadas
23 de Marzo, 2020

Nuestra Guía junto con otros documentos
acerca de el Corona Virus (COVID-19)
están disponibles en nuestro sitio web:
ufcwunitedlatinos.org



¿QUE ES COVID-19?

El COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus surgido en diciembre de 2019. Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos.



¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los pacientes con **COVID-19** han tenido enfermedad respiratoria de leve a grave con los siguientes síntomas:

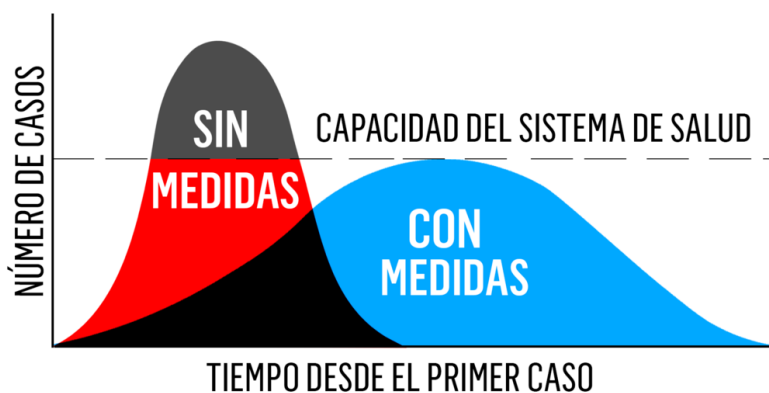
- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar



¿Cómo se aplana la curva epidémica?

Aplanar la curva, sustituir el pico por un valle en el que se alargue en el tiempo el impacto de la epidemia, es el objetivo actual: transformar la **curva de color rojo** en la de **color azul**.

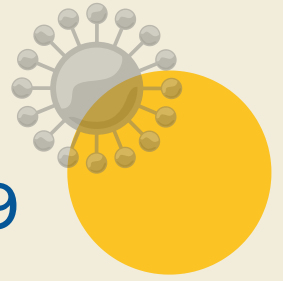
EL IMPACTO DE LAS MEDIDAS DE PROTECCIÓN



FUENTE: ADAPTADO DE CDC, THE ECONOMIST, @ICT BERGSTROM

7

PASOS PREVENIR EL CONTAGIO DEL COVID - 19



Lávese las manos frecuentemente con **agua y jabón** por al menos 20 segundos.



Evite tocarse la boca, nariz y los ojos.



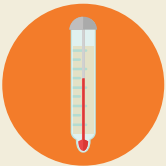
Cubra su tos y estornudos con un pañuelo de papel o la curva de su brazo.



Evite los lugares concurridos practicando **distanciamiento social** y evite el contacto cercano con cualquier persona que tenga fiebre o tos.



Permanezca en casa si se siente enfermx/a/o.



Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica, pero llame con anticipación.



Limpie y desinfecte las superficies que se tocan frecuentemente todo los días

Lo que necesita saber sobre la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)

¿Qué es la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)?

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una afección respiratoria que se puede propagar de persona a persona. El virus que causa el COVID-19 es un nuevo coronavirus que se identificó por primera vez durante la investigación de un brote en Wuhan, China.

¿Pueden las personas en los EE. UU. contraer el COVID-19?

Sí. El COVID-19 se está propagando de persona a persona en partes de los Estados Unidos. El riesgo de infección con COVID-19 es mayor en las personas que son contactos cercanos de alguien que se sepa que tiene el COVID-19, por ejemplo, trabajadores del sector de la salud o miembros del hogar. Otras personas con un riesgo mayor de infección son las que viven o han estado recientemente en un área con propagación en curso del COVID-19.

¿Ha habido casos de COVID-19 en los EE. UU.?

Sí. El primer caso de COVID-19 en los Estados Unidos se notificó el 21 de enero del 2020. La cantidad actual de casos de COVID-19 en los Estados Unidos está disponible en la página web de los CDC en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-in-us.html>.

¿Cómo se propaga el COVID-19?

Es probable que el virus que causa el COVID-19 haya surgido de una fuente animal, pero ahora se está propagando de persona a persona. Se cree que el virus se propaga principalmente entre las personas que están en contacto cercano unas con otras (dentro de 6 pies de distancia), a través de las gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda. También podría ser posible que una persona contraiga el COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus y luego se toque la boca, la nariz o posiblemente los ojos, aunque no se cree que esta sea la principal forma en que se propaga el virus. Infórmese sobre lo que se sabe acerca de la propagación de los coronavirus de reciente aparición en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission-sp.html>.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los pacientes con COVID-19 han tenido enfermedad respiratoria de leve a grave con los siguientes síntomas:

- fiebre
- tos
- dificultad para respirar

¿Cuáles son las complicaciones graves provocadas por este virus?

Algunos pacientes presentan neumonía en ambos pulmones, insuficiencia de múltiples órganos y algunos han muerto.

¿Qué puedo hacer para ayudar a protegerme?

Las personas se pueden proteger de las enfermedades respiratorias tomando medidas preventivas cotidianas.

- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos. Use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.

Si está enfermo, para prevenir la propagación de la enfermedad respiratoria a los demás, debería hacer lo siguiente:

- Quedarse en casa si está enfermo.
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y luego botarlo a la basura.
- Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.

¿Qué debo hacer si he regresado recientemente de un viaje a un área con propagación en curso del COVID-19?

Si ha llegado de viaje proveniente de un área afectada, podrían indicarle que no salga de casa por hasta 2 semanas. Si presenta síntomas durante ese periodo (fiebre, tos, dificultad para respirar), consulte a un médico. Llame al consultorio de su proveedor de atención médica antes de ir y dígame sobre su viaje y sus síntomas. Ellos le darán instrucciones sobre cómo conseguir atención médica sin exponer a los demás a su enfermedad. Mientras esté enfermo, evite el contacto con otras personas, no salga y postergue cualquier viaje para reducir la posibilidad de propagar la enfermedad a los demás.

¿Hay alguna vacuna?

En la actualidad no existe una vacuna que proteja contra el COVID-19. La mejor manera de prevenir infecciones es tomar medidas preventivas cotidianas, como evitar el contacto cercano con personas enfermas y lavarse las manos con frecuencia.

¿Existe un tratamiento?

No hay un tratamiento antiviral específico para el COVID-19. Las personas con el COVID-19 pueden buscar atención médica para ayudar a aliviar los síntomas.

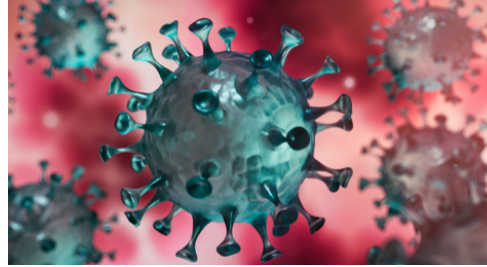


cdc.gov/COVID19-es

CORONAVIRUS: UNA PANDEMIA GLOBAL

¿Qué es el COVID-19?

- El coronavirus (COVID-19) es un virus que se transmite de persona a persona.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha calificado el brote como una pandemia.
- El coronavirus puede causar enfermedades graves como la neumonía, especialmente en personas mayores de edad y aquellas que sufren de un sistema inmunológico débil.



¿Cómo se transmite el coronavirus?

- Se transmite a través de partículas líquidas que salen de la nariz o boca. Cuando una persona que tiene el virus tose, estornuda o exhala el virus puede ser inhalado por otras personas que se encuentran cerca (menos de seis pies de distancia).
- Cuando las partículas caen sobre una superficie y personas que la tocan pueden contraer el virus si luego de tocar el objeto, se tocan los ojos, nariz o boca.



¿Cuáles son los síntomas que provoca el coronavirus?

- Fiebre, cansancio y tos seca. Algunas personas también pueden tener dolor de garganta o congestión nasal y dificultad para respirar.



- En promedio una de seis personas infectadas desarrolla una enfermedad grave como consecuencia de haber contraído el coronavirus generalmente se trata de individuos que tienen un sistema inmunológico débil, o afecciones médicas como hipertensión arterial, problemas cardíacos, o diabetes.
- Los síntomas de contagio suelen presentarse de dos a 14 días después de su transmisión.

¿Cuándo debo someterme a una evaluación médica?

- Contacte a su doctor si padece de tos, fiebre o tiene dificultad para respirar. No se recomienda que como primer paso recurra al servicio de urgencias en el hospital.
- Si usted es mayor a los 60 años y padece de diabetes, tiene problemas cardíacos, problemas pulmonares, asegúrese de que su doctor le recomiende un plan de acción. Si presenta síntomas o ha estado en contacto con alguna persona que tiene el virus llame a su doctor.

¿Qué puedo hacer para estar protegido y prevenir la propagación del coronavirus?



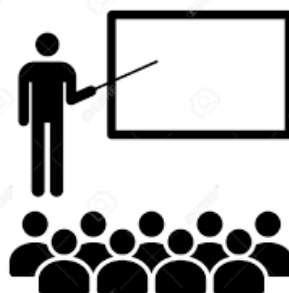
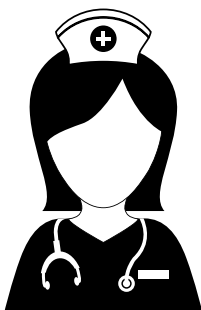
- Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Mantenga una distancia mínima de 1 metro (3 pies) entre usted y cualquier persona que tosa o estornude.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

- Cúbrase la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar.
- Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica, quédese en casa, y siga las instrucciones de las autoridades sanitarias locales.

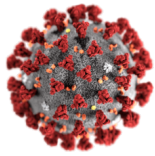


¿Quiénes son los trabajadores que corren mayor riesgo de infección?

- Los que interactúan frecuentemente con personas infectadas, o que pueden estar infectadas. Generalmente esto incluye a quienes trabajan en las industrias de servicio, trabajadores de la salud, de aerolíneas y transporte, y educadores, entre otros.



CORONAVIRUS EN EL TRABAJO



¿QUÉ ES CORONAVIRUS?

El Coronavirus 2019 (COVID-19) es un nuevo virus de cepa que no se ha identificado antes en humanos. Puede parecerse a los síntomas del resfriado común inicialmente, pero puede escalar a una enfermedad respiratoria más grave.

¿QUÉ TAN EXPUESTOS ESTAMOS?

Las enfermedades infecciosas, como el COVID-19, se transmiten más comúnmente de una persona infectada a otras. Un número alarmante de casos ha sido confirmado en los Estados Unidos, por lo tanto, la mayoría de los trabajadores aquí están expuestos a este virus.



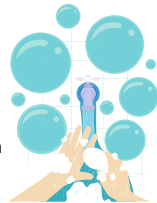
IMPACTO A LXS TRABAJADORXS



Los trabajadores están en el epicentro de los esfuerzos para proteger y servir al público. Algunas ocupaciones, como la atención médica y el personal de emergencias, tienen un riesgo extremo de infección. Pero todos lxs trabajadorxs (transporte, cuidadores, limpieza, y comercio, entre otros) tienen un riesgo elevado de infección y necesitan protección.

¡PROTEGIÉNDONOS!

- Evite el contacto cercano con personas enfermas
- Mientras esté enfermo, limite el contacto con lxs demás tanto como sea posible. Quédate en casa si estás enfermo
- Cúbrase la nariz y la boca cuando tosa o estornude. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar; los gérmenes se propagan de esta manera
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos que puedan estar contaminados con gérmenes.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.



DERECHO A LA SALUD EN EL TRABAJO



Su empleador es responsable de proporcionar (1) capacitación sobre rutas de exposición y medidas de protección y (2) equipo de protección personal relevante, así como también (3) el mantenimiento de registros de los trabajadores que sospechan exposición e infección relacionadas con el trabajo.

DISCRIMINACIÓN EN EL TRABAJO

Es ilegal que un trabajador sea discriminado por su raza, origen étnico, o nacionalidad. Tenga cuidado con la información inexacta, caracterización racial y otras acciones no relacionadas con la prevención basada en evidencia.



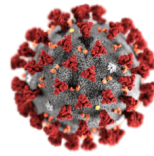
TODXS TENEMOS DERECHO A UN LUGAR DE TRABAJO SEGURO Y SALUDABLE

PARA MÁS INFORMACIÓN VISITA
WWW.NATIONALCOSH.ORG

Comparte esta infografía. Síguenos @nationalcosh.



CORONAVIRUS EN EL TRABAJO



¿QUÉ ES CORONAVIRUS?

El Coronavirus 2019 (COVID-19) es un nuevo virus de cepa que no se ha identificado antes en humanos. Puede parecerse a los síntomas del resfriado común inicialmente, pero puede escalar a una enfermedad respiratoria más grave.

¿QUÉ TAN EXPUESTOS ESTAMOS?

Las enfermedades infecciosas, como el COVID-19, se transmiten más comúnmente de una persona infectada a otras. Un número alarmante de casos ha sido confirmado en los Estados Unidos, por lo tanto, la mayoría de los trabajadores aquí están expuestos a este virus.



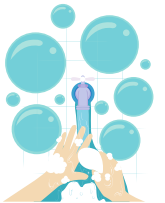
IMPACTO A LXS TRABAJADORXS



Los trabajadores están en el epicentro de los esfuerzos para proteger y servir al público. Algunas ocupaciones, como la atención médica y el personal de emergencias, tienen un riesgo extremo de infección. Pero todos lxs trabajadorxs (transporte, cuidadores, limpieza, y comercio, entre otros) tienen un riesgo elevado de infección y necesitan protección.

¡PROTEGIÉNDONOS!

- Evite el contacto cercano con personas enfermas
- Mientras esté enfermo, limite el contacto con lxs demás tanto como sea posible. Quédate en casa si estás enfermo
- Cúbrase la nariz y la boca cuando tosa o estornude. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar; los gérmenes se propagan de esta manera
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos que puedan estar contaminados con gérmenes.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.



DERECHO A LA SALUD EN EL TRABAJO



Su empleador es responsable de proporcionar (1) capacitación sobre rutas de exposición y medidas de protección y (2) equipo de protección personal relevante, así como también (3) el mantenimiento de registros de los trabajadores que sospechan exposición e infección relacionadas con el trabajo.

DISCRIMINACIÓN EN EL TRABAJO

Es ilegal que un trabajador sea discriminado por su raza, origen étnico, o nacionalidad. Tenga cuidado con la información inexacta, caracterización racial y otras acciones no relacionadas con la prevención basada en evidencia.



TODXS TENEMOS DERECHO A UN LUGAR DE TRABAJO SEGURO Y SALUDABLE

PARA MÁS INFORMACIÓN VISITA
WWW.NATIONALCOSH.ORG

Comparte esta infografía. Síguenos @nationalcosh.

