



Trabajando en los tiempo de COVID-19: El papel de las VdS en la protección de los trabajadores vulnerables y sus familias

Programa de fortalecimiento de capacidades en salud y seguridad del trabajador.

Susan Harwood 2019-2020

Eva Galvez MD y Alma R. Galván MHC

2 de Abril del 2020



MIGRANT CLINICIANS NETWORK



Este material fue producido bajo el número de subvención SH-05169-SH9 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional, Departamento del Trabajo de los Estados Unidos. No necesariamente se refleja en el material las opiniones o políticas del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales, o organizaciones implica el respaldo del gobierno de los Estados Unidos.

Objetivos

- Identificar riesgos de trabajadores inmigrantes y otros trabajadores difíciles de alcanzar
- Discutir el papel de los trabajadores de alcance y de salud comunitarios en la era de COVID-19
- Revisar estrategias y recursos para ayudar a proteger a los trabajadores y sus familias

Papel de VdS en estos tiempos



- Trabajadores de salud/Educadores/ Alcance comunitario
 - CHW conocen a su comunidad
 - La comunidad confía en ustedes
 - Son un puente entre información y la gente
 - Saben cómo dar información apropiada
 - Dan el pulso de la comunidad a organizaciones y otros
 - Crean o fortalecen las redes comunitarias

¿Qué hacer?

- Familiarizarse con los riesgos
- Proporcionar información basada en evidencia
- Identificar riesgos y necesidades inmediatas
- Movilizar recursos
- Ayudar a planear y prepararse



Actualización sobre COVID-19

- SAR-CoV-2 es el virus COVID-19 es la enfermedad.
- Es nuevo.
- No hay vacuna al momento.
- No hay cura al momento.
- No es lo mismo tener la infección que desarrollar la enfermedad.
- 25% asintomáticos y son contagiosos por 14 días.

CORONAVIRUS COVID-19

¿CÓMO SE TRANSMITE?

El virus puede haberse transmitido originalmente por contacto directo entre animales y humanos (zoonosis) simplemente por el aire.

Los coronavirus humanos se transmiten de una persona infectada a otras:

- A través del aire al toser y estornudar
- Al tocar o estrechar la mano de una persona enferma
- Al tocar un objeto o superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos sucias a boca, nariz u ojos.

TRATAMIENTO

No existe medicamento que cure los coronavirus, solo para aliviar los síntomas.



- El virus que causa COVID-19 es muy nuevo, y no hay vacuna.
- En la mayor parte de los casos, la enfermedad no es grave y el cuerpo la controla en alrededor de dos semanas. Sin embargo, para los integrantes de grupos de riesgo cualquier enfermedad respiratoria puede ser peligrosa.

CUIDADOS PARA EL ENFERMO

En caso de presentar síntomas, llama al **911** y sigue estas indicaciones:

- Mantén reposo en casa.
- No saludar de mano, beso o abrazo.
- Lavarse las manos frecuentemente y desinfectarlas con gel.
- Comer verduras y frutas y tomar al menos ocho vasos de agua simple.
- Lavar vasos y cubiertos con agua, jabón y cloro. (15ml de cloro por cada litro de agua)

¡No te automediques!
no pongas en riesgo tu salud y la de tu familia.

¡Porque TU SALUD VALE!

911 EMERGENCIAS

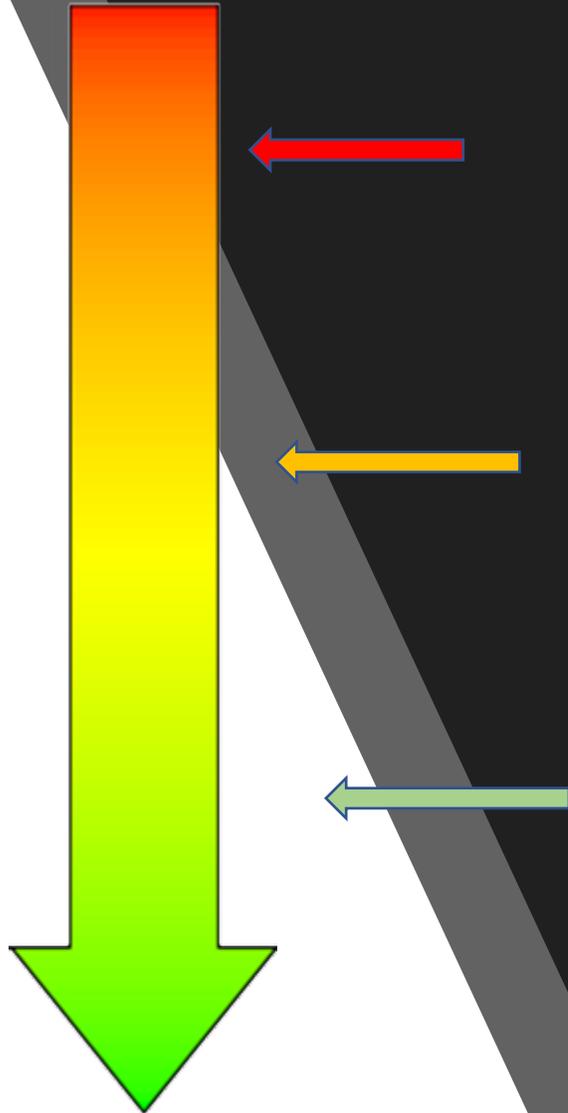
Chihuahua SECRETARÍA DE SALUD UNIDOS con VALOR

Propagación, infección, contagio y reinfección

- La información está en desarrollo.
 - Esta en las gotitas /aerosol que tienen el virus y llegan a ojos, nariz o boca
 - Manos tocan superficies contaminadas y luego se llevan a la cara
- ¿Cuánto dura en el cuerpo?
- ¿Cuánto tiempo una persona puede seguir contagiando una vez que adquiere el virus?
- Una persona puede tener 2 enfermedades a la vez o coinfecciones

SARS-CoV-2 a COVID-19

De la contaminación a la recuperación



- Contagio (el virus SARS-CoV-2 entra al cuerpo)
 - En el momento en que se infecta, el virus tiene un período de incubación de 2 a 14 días. Durante este tiempo, una persona puede no manifestar síntomas, pero ya es contagiosa.
- Aparición de síntomas (infección)
 - Si los síntomas de COVID-19 se presentan, pueden aparecer en 5-6 días después de haberse contagiado con SARS-CoV-2. Durante este tiempo, una persona puede transmitir la infección y es contagiosa por 14 días.
- Enfermedad COVID-19 – recuperación (variable)
 - Aunque una persona se ha recuperado, se recomienda permanecer en cuarentena durante 3 días antes de darse de alta.

Naturaleza del virus

- Tela
- Cartón
- Papel
- Comida
- Aire
- Dinero

Longevidad del nuevo coronavirus

El virus responsable de la epidemia de Covid-19 puede sobrevivir varias horas sobre diversas superficies

En el aire*

Hasta 3 horas



Sobre cobre

Hasta 4 horas



Sobre cartón

Hasta 24 horas



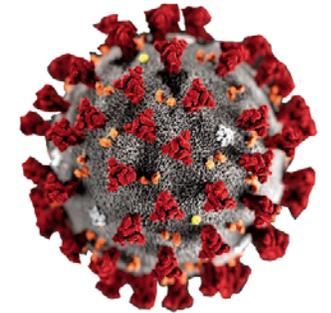
Sobre plástico

2 a 3 días



Sobre acero inoxidable

2 a 3 días



Estudio y artículos de:
New England Journal of Medicine,
CDC, Universidades de California,
LA, Princeton

*Los investigadores usaron un pulverizador para simular la tos o el estornudo de una persona, pulverizando muestras de SARS CoV-2 sobre diferentes superficies

Prevención

Evite el contacto cercano con las personas enfermas.



Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.



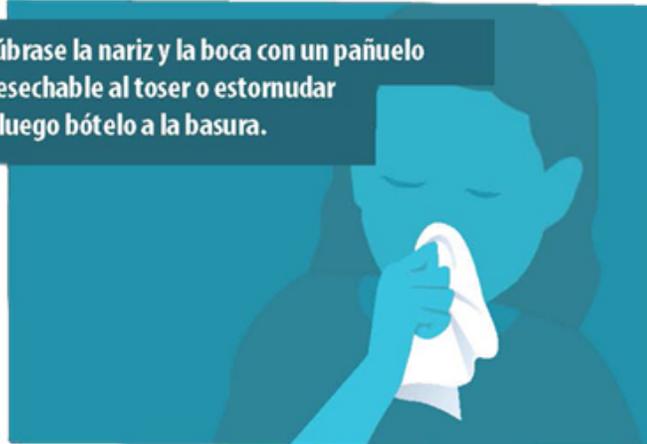
Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.



Quédese en casa si está enfermo, excepto para buscar atención médica.



Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y luego bótelo a la basura.



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





Uso de mascarillas

- Solo si está enfermo, cuida a alguien enfermo y si asiste a lugares donde este expuesto
- N95
- No se pueden reusar
- Evitar mascarillas de tela
- No usar el microondas
- Empleador debe capacitar en ponerla y quitarla adecuadamente

Limpiar, desinfectar y esterilizar

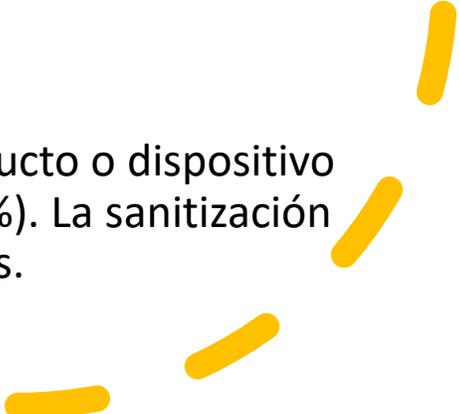
- Limpieza elimina suciedad y los gérmenes, ayudando a reducir el número de gérmenes y virus.
 - Desinfección usa químicos (pesticidas) para reducir el número de gérmenes y riesgo de propagación. Seguir las guías de CDC.
https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fprepare%2Fcleaning-disinfection.html
 - Los desinfectantes son pesticidas antimicrobianos y deben estar registrados en la EPA de los Estados Unidos. Consulte este enlace.
<https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
 - La sanitización o esterilización es el uso de un producto o dispositivo químico que reduce el número de gérmenes (99.9%). La sanitización mata a la mayoría de los gérmenes, pero no a todos.
- 



Foto: Santiago Arau 2020

Los más vulnerables son...

- Adultos mayores
- Enfermedades crónicas preexistentes
- Enfermedades del corazón
- Personas inmunodeprimidas
- Personas con problemas respiratorios
- Personas viviendo con HIV o TB
- Fumadores
- Malnutridos
- Condiciones insalubres y de hacinamiento
- Personas en la calle
- Trabajadores de la salud
- Trabajadores del campo
- Trabajadores de mantenimiento
- Asistentes personales en casa

Otras preguntas

COVID-19: RECOMENDACIONES PARA PERSONAS VIVIENDO CON VIH

¿Dónde puedo consultar información sobre el COVID-19?
Visita la página www.imss.gob.mx, o la cuenta de Twitter @Tu_IMSS para obtener información actualizada.

Depende de los síntomas y de la gravedad de la enfermedad, pero se recomienda consultar con tu médico.



¿Cómo puedo protegerme contra el COVID-19?

- Observa medidas de distanciamiento social e higiene de manos; el uso de cubrebocas solo es necesario si existen síntomas de enfermedad respiratoria.
- Conserva tu adherencia al tratamiento antirretroviral, así como un estilo de vida saludable.
- Mantén actualizado tu esquema de vacunación.

En caso de presentar fiebre mayor de 38 °C, tos y/o dificultad para respirar, es importante acudir con tu médico tratante, o llamar al 800 22 22 668 para recibir orientación sobre cómo acudir a los servicios médicos.



Cuidados especiales de personas con enfermedades crónicas no transmisibles



Las mujeres con la COVID 19 pueden **amamantar** si lo desean. Ellas deben:



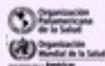
Practicar la higiene respiratoria y usar una mascarilla



Lavarse las manos antes y después de tocar a su bebé



Limpiar y desinfectar rutinariamente las superficies



OPS

#COVID19 #CORONAVIRUS



Uso de analgésicos y antipiréticos





Comunidades rurales

- Población de edad
- Más enfermedades crónicas
- Centros de salud remotos
- Capacidad de servicios y personal de salud limitados

Trabajadores esenciales

Cada estado
tiene su propia
lista

- Trabajadores de la salud – sistema inmunológico-defensa
- Trabajadores agrícolas – sistema circulatorio – llevan el oxígeno
- Trabajadores de mantenimiento - sistema circulatorio – limpian desechos
- Trabajadores de limpieza –
- Trabajadores de supermercados



La salud pública
es
responsabilidad
de todos

- Todos estamos expuestos a ser contagiados y contagiar
- Sistema inmunológico = personal de salud
- Sistema circulatorio= trabajadores agrícolas, tiendas, limpieza, mantenimiento

Debido al COVID-19,
los trabajadores ya no
tienen derecho a un
lugar de trabajo seguro
y saludable

Sí o No



Derechos de los trabajadores

#6 Entrenamiento en seguridad y salud ocupacional



Ley de Comunicación de Riesgos Estandar del "derecho a saber" (Right to know) "HazCom" 29 CFR 1910.1200(g)

...los trabajadores tienen el "derecho a saber", sobre los riesgos químicos en su lugar de trabajo... en su idioma...

#1 Lugar de trabajo seguro



- Derecho a trabajar en condiciones seguras y saludables
- La ley obliga a los empleadores a tener condiciones de trabajo libres de peligros y que ocasionen lesiones y heridas o enfermedades

#2 Acceso a información sobre:



- Químicos usados en el trabajo
- Lesiones y enfermedades que hayan ocurrido en su lugar de trabajo
- Resultados de sus pruebas médicas
- Resultados de pruebas que miden las condiciones y exposiciones en el trabajo

#3 Información sobre químicos



- Tener disponibles las "Hojas de información sobre seguridad" (SDS por su sigla en inglés -"Safety Data Sheets")
- Asegurar que todo recipiente con químicos peligrosos esté etiquetado adecuadamente

#5 Solicitar un lugar de trabajo seguro sin ser discriminado o castigado



#4 Equipo de Protección Personal



Salud y seguridad en el trabajo

- Cuidado por reacciones alérgicas a exposiciones.
- Cuidar irritaciones de nariz y garganta.
- Desencadenar síntomas de asma si ya se tiene o puede causar asma en personas que nunca han tenido antes.
- Trabaje con tanta ventilación y aire fresco como sea posible. Abra ventanas y puertas.
- Use gafas, guantes y otros equipos para protegerse.
- Lea la etiqueta. Use un respirador si la etiqueta lo requiere.

The screenshot shows the OSHA website header with the logo and text 'ESTADOS UNIDOS DEPARTAMENTO DE TRABAJO'. Below the header is the title 'Administración de Seguridad y Salud Ocupacional' and navigation links for 'CONTACTE CON NOSOTROS', 'PREGUNTAS FRECUENTES', 'AA LA Z ÍNDICE', 'INGLÉS', and 'ESPAÑOL'. A search bar contains 'BUSCAR OSHA'. The main content area is titled 'COVID-19' and features a large image of a virus particle. A sidebar on the left contains a navigation menu with items: 'Antecedentes', 'Reconocimiento de riesgos', 'Información médica', 'normas', 'Control y Prevención', 'Recursos adicionales', and 'Derechos de los trabajadores'. The main text under 'Control y Prevención' discusses measures to protect workers from COVID-19, including PPE and hand hygiene. A list of bullet points provides specific instructions on handwashing and avoiding contact with sick people. An image of hands being washed in a sink is included, with a caption from the Department of Defense.

Control y prevención OSHA

<https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/controlprevention.html#health>

Equipo de Protección Personal



Careta protectora



Guantes



Protección respiratoria



Overoles



Gafas protectoras



Protección para oídos

Derechos importantes en estos momentos

- Derecho a EPP por el empleador (29 CFR 1910.132)
- Derecho a ir al baño cuando sea necesario, incluyendo lavarse manos. Norma de saneamiento (29 CFR 1910.141)
- Conéctarse, organizarse y planear.





Trabajadores del campo

Retos

- Hospedaje
- Transporte
- Acceso a comida
- Pago por enfermedad
- Cuidado de los hijos
- Acceso a servicios de salud
- Acceso al estímulo económico
- Estrés, ansiedad y falta de recursos de salud mental

Recomendaciones para granjeros

- Pagar pago por enfermedad
- Acceso a servicios de salud
- Seguir protocolo recomendados por CDC y OSHA

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html>



Trabajadores en campo, empacadoras y viveros

Recomendaciones

- Ventilación adecuada de todas las áreas de trabajo.
- Distancia social adecuada durante:
 - el trabajo
 - el transporte al trabajo.
- Desinfección regular de superficies áreas de trabajo.
- Provisión de EPP adecuado para proteger a los trabajadores de la exposición al virus.
- Protecciones especiales para trabajadores mayores de 60 años y / o aquellos con condiciones de salud subyacentes
- Pago por enfermedad
- Plan de acción si un trabajador se enferma
- Plan de aislamiento si el trabajador se enferma



Después de un día en el fil, no sobró nada para mi familia.

Debido a COVID-19 y a la escasez de mascarillas de protección respiratoria, los trabajadores ya no están obligados a usar Equipo de Protección Personal (EPP) como mascarillas cuando se utiliza un desinfectante, incluso si la etiqueta lo requiere.

Sí o No



¿Cuales son los responsabilidades de los empleadores?



De acuerdo a OSHA se debe tener un plan de preparación y respuesta a enfermedades infecciosas que considere:

- Niveles de riesgo en el trabajo
- Riesgos en el hogar y comunidad
- Factores individuales como enfermedad
- Controles necesarios para abordar los factores de riesgo

<https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/controlprevention.html#health>





Responsabilidades de empleadores

- Identificar y aislar casos sospechosos
- Tomar medidas para evitar la propagación
- Proporcionar equipo de protección personal
- Descontaminación ambiental siguiendo los lineamientos del CDC
- Capacitar a los trabajadores sobre el riesgo y su prevención
- Políticas seguras de trabajo
- Practicas seguras

Recomendaciones para comercios



- Poner marcas en el piso para que los clientes se pongan detrás de ellas
- Descansos programados para lavarse las manos y saneamiento (estaciones de cajeros y otras superficies de mucho trafico)
- Flexibilizar estándares de producción y monitoreo
- Reducir uso de cupones de papel cuando sea posible y efectivo
- Adaptar horarios a necesidades de cuidado de niños
- Limitar el acceso público a partes de la tienda
- Animar a los trabajadores enfermos a quedarse en casa
- Permitir que los trabajadores usen su tiempo personal

Recomendaciones para comercios



Para los trabajadores

- Levante o recoja el cabello para evitar tocar la cara mientras trabajas
- Tome descansos frecuentes para evitar fatiga y comprometer sistema inmunitario
- Duerma
- Lavado de manos mas seguido en trabajadores que manejan dinero/tarjetas
- Limpie áreas de trabajo
- Limpie teléfonos de trabajo y de teléfonos celulares con frecuencia

¿Cómo evitar exposiciones?



Papel del trabajador comunitario



- A. Reconocer los tiempos difíciles
(Tranquilizarse)
- B. Preparar un plan de emergencia
 - Identificar riesgos
 - Necesidades
 - Identificar recursos locales disponibles
- C. Informar

¿Qué hacer?

- Familiarizarse con:
 - COVID-19
 - Derechos y protecciones legales,
 - Acceso a servicios de salud
 - Asistencia de emergencia, independientemente del estatus migratorio
- Proporcionar a los trabajadores información basada en evidencia
- Identificar las necesidades inmediatas y movilizar recursos locales para los más afectados
- Concientizar al público sobre los trabajadores con mayor riesgo de exposición a COVID-19 y trabajadores esenciales
- Ayudar a planear y prepararse en caso de tener una persona infectada.
- ABOGAR por políticas públicas o leyes
- Apoyar la salud mental durante el distanciamiento social.



Planeación durante estos tiempos:

- Pasos a seguir si alguien se enferma
- Identificar recursos/organizaciones de apoyo LOCALES
- Crear/actualizar lista de teléfonos/contactos de emergencia
- Practicar las medidas preventivas necesarias



Identificar recursos/organizaciones LOCALES

- Centros de salud comunitarios
- Centros de trabajadores de NIOSH (Consejo Nacional para la Salud y Seguridad Laboral-National Council for Occupational Safety and Health)
<https://www.coshnetwork.org/SP-coronavirus>
- Ayuda legal con Legal Aid local o Rural Legal Aid
<https://legalaidatwork.org/factsheet/coronavirus-preguntas-frecuentes/?lang=es>
- Agencias de gobierno para obtener información confiable
 - Los CDC Centros para el Control de las Enfermedades de EE.UU.
 - OSHA- Occupational Safety and Health Administration- Administración de Seguridad y Salud Ocupacional
 - NIEHS The National Institute of Environmental Health Science The National Institute of Environmental Health Sciences part of National Institutes of Health.
- Fondos locales
- Recursos en lenguas indígenas ([Coronavirus COVID-19](#)) [Informacion en Lenguas Originarias](#) [Lenguas Indigenas – Resources in Indigenous Languages CIELO - Google Docs](#)
- [Recursos para personas indocumentadas y sus familias.](#)



Políticas de salud pública o beneficios de trabajo

Algo positivo de la epidemia es que:

- Evidencia el papel de los trabajadores esenciales
- Importancia de proteger a los trabajadores
 - Pago de salario por enfermedad
 - Seguro médico
- Llamado a fortalecer al sistema de salud
- Momento para trabajar en políticas públicas en salud que cubran a TODOS





Recordar

- Información y recomendaciones están en constante cambio
- Nuestro papel es
 - Filtrar la información, basada en evidencia
 - Dar información simple, sencilla y clara
 - Ser un puente entre recursos locales disponibles y los trabajadores
 - Ayudar a los trabajadores a planear



Gracias por su participación



Eva Galvez, MD
malvarado@migrantclinician.org



Alma R. Galvan, MHC
agalvan@migrantclinician.org