



# Prácticas recomendables para prevenir el COVID-19

## Guía para negocios

Para obtener la última versión de esta guía, visite

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/reopening-la.htm>

### Actualizaciones

- 10/25/2021: Se actualizó para aclarar que cualquier material, área, equipo u objeto usado por un caso de COVID-19 durante el período de exposición de alto riesgo debe desinfectarse si está en un espacio interior y será usado por otro empleado dentro de las 24 horas posteriores al caso de COVID-19. Una vez desinfectados, pueden ser usados por otros empleados.
- 10/12/2021: Actualizado para eliminar la referencia a las horas de enfermedad pagadas suplementarias, que expiró el 9/30/2021 y para agregar enlaces sobre la vacunación de las

Debido a la continua transmisión comunitaria del COVID-19 y a la presencia de la variante Delta, es imprescindible que las personas utilicen mascarillas en espacios cerrados y durante megaeventos en espacios abiertos, sin importar su estado de vacunación, a fin de que se disminuya la transmisión del COVID-19. La variante Delta del virus se propaga más fácilmente que las cepas del virus que circulaban antes en LA. Según los informes publicados, los factores que aumentan el riesgo de infección, incluida la transmisión a personas a más de 6 pies de distancia, incluyen:

- **Espacios cerrados con ventilación o tratamiento del aire inadecuados** que permiten la acumulación de fluidos respiratorios exhalados, especialmente gotas muy finas y partículas de aerosol, en el aire.
- **Aumento de la exhalación de fluidos respiratorios** que puede producirse cuando una persona infectada realiza un esfuerzo físico o levanta la voz (por ejemplo, haciendo ejercicio, gritando, cantando).
- **La exposición prolongada** a estas condiciones

A continuación, se muestra un resumen de los requisitos y las prácticas recomendables para que los negocios, empleadores y organizaciones aumenten la seguridad de sus trabajadores, clientes y comunidades y disminuyan el riesgo de transmisión del COVID-19 en sus establecimientos. Estos requisitos y recomendaciones aplican a todos los negocios. Además de esta información, recuerde:

- Los empleadores, negocios y organizaciones deben cumplir con las [Normas Temporales de Emergencia sobre Prevención de COVID-19 de Cal/OSHA](#) (ETS) y con la Orden Oficial de Salud del Condado. Tenga en cuenta que se deben cumplir las directrices de la Orden Oficial de Salud del Condado de LA en los casos en los que estas sean más estrictas que las ETS de Cal/OSHA.
- Los empleadores también deben seguir cumpliendo con todos los requisitos vigentes en la [Orden del Oficial de Salud](#) del Condado, incluidas las medidas de mayor protección tales como el uso obligatorio de mascarillas en espacios cerrados, la realización regular de pruebas a empleados que no estén vacunados y que no puedan utilizar mascarillas y la notificación de casos, grupos y brotes de COVID-19 al Departamento de Salud Pública del Condado de LA.



## Prácticas recomendables: Guía para negocios

### Prevenga y reduzca la transmisión originada por los clientes/visitantes y entre ellos

- ✓ **Siga las normas de mascarillas para el público:** La Orden del Oficial de Salud del Condado de LA les exige a todas las personas de 2 años en adelante, sin importar su estado de vacunación, que utilicen mascarillas en todos los espacios públicos cerrados, incluidos los negocios públicos y privados y los megaeventos al aire libre. El propósito de usar la mascarilla de forma continua es prevenir la transmisión del virus particularmente a personas con mayor riesgo de infección (por ejemplo, personas no vacunadas o inmunodeprimidas) y a personas con exposiciones prolongadas y acumulativas (por ejemplo, trabajadores).
- ✓ **Los clientes pueden quitarse las mascarillas temporalmente mientras están en espacios cerrados o en un megaevento al aire libre únicamente en determinadas circunstancias,** tales como cuando están comiendo o bebiendo **en forma continua** en un área de comidas designada mientras están en sus asientos, en un mostrador o en otro lugar fijo, o mientras están nadando, duchándose o recibiendo un servicio que requiera que se quiten la mascarilla (por ejemplo, servicios faciales, de depilación, de afeitado). *“Comer o beber en forma continua”* comprende el tiempo limitado en el que una persona puede quitarse la mascarilla brevemente para comer o beber. Luego de ese tiempo, la persona debe colocarse la mascarilla inmediatamente. El cliente debe usar la mascarilla siempre que no esté comiendo o bebiendo en forma continua, como cuando está esperando que lo atiendan, entre cada plato o bebida o mientras está sentado luego de haber comido o bebido.
- ✓ **Tenga en cuenta que los lugares que sirven comida y bebida a los clientes en espacios cerrados son lugares con mayor riesgo de transmisión del COVID-19.** Aquellos establecimientos que sirven comida y bebida deben consultar y cumplir todos los requisitos y considerar poner en marcha las recomendaciones de la [Guía de Buenas Prácticas en el Servicio de Comida y Bebida](#) del DPH.
- ✓ **Use sus puntos de venta en línea y la señalización en la entrada de su negocio** para explicar las políticas de COVID-19 de su negocio, que incluyen el requisito de que todos utilicen una mascarilla en los espacios cerrados de sus instalaciones y el mensaje de que los visitantes no deben ingresar a las instalaciones si están enfermos o con síntomas.

### Prevenga y reduzca la transmisión entre empleados

- ✓ **Fomente la vacunación:** Las vacunas contra el COVID-19 son [seguras y efectivas](#) y son la mejor manera de prevenir los brotes de COVID-19 en el lugar de trabajo y la comunidad. La vacuna contra el COVID-19 es gratuita y está [ampliamente disponible](#) en todas las comunidades. Considere ofrecer una [clínica de vacunación](#) en su lugar de trabajo para que vacunarse sea más conveniente para sus empleados. Considere oportunidades para apoyar e incentivar a sus empleados a vacunarse o para que sea más fácil hacerlo. Esto podría incluir ofrecer recompensas como tiempo libre pagado o pagos de bonificación en efectivo, y/o políticas que exijan que los empleados estén completamente vacunados<sup>1</sup> contra el COVID-19 o que ofrezcan mayor flexibilidad para los empleados que están completamente vacunados contra el COVID-19. Para obtener más información sobre cuestiones legales relacionadas con la implementación de los requisitos de vacunas en su lugar de trabajo, visite estos sitios de la [Comisión de Igualdad de Oportunidades en el Empleo](#) de EE. UU. Y el [Departamento de Vivienda y Empleo Justos de California](#).

<sup>1</sup> Usted se considera completamente vacunado contra el COVID-19 luego de que hayan transcurrido dos (2) semanas de haber recibido la segunda dosis de las vacunas contra el COVID-19 Pfizer o Moderna, una única dosis de la vacuna contra el COVID-19 Johnson & Johnson o de haber concluido con las dosis de una vacuna contra el COVID-19 que haya sido aprobada para uso de emergencia por la Organización Mundial de la Salud. Para más información, consulte la página web de [vacunación completa](#). Si aún no han transcurrido 2 semanas de haber recibido la segunda dosis o la única dosis, usted no tiene suficiente protección contra el virus del COVID-19. Se necesita tiempo para que su cuerpo desarrolle inmunidad. Continúe tomando precauciones hasta que hayan transcurrido las 2 semanas.

## Prácticas recomendables: Guía para negocios

### ✓ **Siga las reglas de mascarillas para los empleados\*:**

- ✓ La [Orden del Oficial de Salud](#) del Condado les exige a todos los empleados que utilicen mascarilla mientras trabajan en espacios cerrados, cuando comparten vehículos y en megaeventos al aire libre, independientemente de su estado de vacunación. No es necesario que se utilicen las mascarillas en espacios cerrados si el empleado se encuentra solo en una habitación o comiendo o bebiendo de forma continua. Salud Pública recomienda que todos los empleados que coman o beban en espacios cerrados estén a 6 pies de distancia con respecto a las demás personas.
- ✓ Las mascarillas ayudan a evitar que aquellos trabajadores que no saben que tienen el virus del COVID-19 lo transmitan a otras personas y además protegen a quienes las usan.
- ✓ Previa solicitud, se les exige a los empleadores que les proporcionen a sus empleados no vacunados barbijos del tamaño adecuado junto con las instrucciones básicas para usarlo. Los barbijos deben reemplazarse si se arruinan, ensucian o si es difícil respirar con ellos. Para obtener más información sobre equipos de protección personal (en inglés, PPE) para empleadores, gratuitos y de bajo costo, visite <http://publichealth.lacounty.gov/docs/FreeAndLowCostPPE.pdf>.
- ✓ Se debe incentivar a aquellos empleados que trabajan en un ambiente en el que tienen contacto cercano con otras personas que pueden no estar completamente vacunadas a que estén más protegidos, por ejemplo, mediante el uso de "[doble mascarilla](#)" (utilizar una mascarilla de tela SOBRE una mascarilla quirúrgica) o un barbijo. Esto es particularmente importante si el empleado no está completamente vacunado contra el COVID-19 y se encuentra en un ambiente interior, en un ambiente al aire libre saturado de gente o en un vehículo compartido. Para obtener más información general sobre las mascarillas, consulte la página web sobre mascarillas de LAC DPH en [ph.lacounty.gov/mascarillas](http://ph.lacounty.gov/mascarillas).
- ✓ Asimismo, considere ofrecer protección ocular a los miembros del personal (por ejemplo, pantalla facial) además de un barbijo si no están completamente vacunados y tienen contacto cercano con otras personas que pueden no estar vacunadas.
- ✓ Para más información sobre los requisitos para mascarillas consulte la [Orden del Oficial de Salud del Condado de Los Ángeles](#) y las [Normas temporales de emergencia sobre prevención de COVID-19 de Cal/OSHA](#). Tenga en cuenta que las directrices de la Orden del Oficial de Salud deberán cumplirse cuando sean más estrictas que las normas temporales de Cal/OSHA.

\*Según el Código Laboral del Estado, algunos contratistas independientes son considerados empleados. Para más información, vea [Contratista independiente vs. Empleado](#) en la página web del Departamento de Relaciones Industriales de California.

### ✓ **Anime y apoye activamente a los empleados sintomáticos, infectados o expuestos a quedarse en casa:**

- ✓ Asegúrese de que los empleados sepan que no pueden venir a trabajar si están enfermos o si están bajo órdenes de aislamiento o cuarentena.
- ✓ Continúe enseñando a los empleados sobre los [síntomas del COVID-19 y qué hacer si están enfermos](#). Asegúrese de que las personas con COVID-19 sigan las instrucciones de [autoaislamiento](#). Los trabajadores que no estén completamente vacunados y tengan contacto cercano con un caso deben ponerse en [cuarentena](#), a menos que estén exentos.
- ✓ Los empleadores deben desarrollar y poner en marcha un proceso para detectar síntomas de COVID-19 de los empleados. Algunas opciones son que los empleados evalúen sus síntomas antes de llegar al trabajo, la utilización de [señalización](#) en la entrada del lugar de trabajo o

## Prácticas recomendables: Guía para negocios

llevar a cabo [controles de síntomas](#) diarios en el lugar para reforzar el mensaje de que los empleados que tienen síntomas de COVID-19 y aquellas personas que están bajo órdenes de aislamiento o cuarentena no deben ingresar al lugar de trabajo.

- ✓ Gestione las exposiciones al COVID-19 en el lugar de trabajo cuando se sepa que un empleado está infectado. Para hacerlo, identifique e informe rápidamente a los contactos expuestos lo antes posible. Tenga un plan para ofrecer pruebas de detección a los empleados que puedan haber estado expuestos al COVID-19 en el trabajo. Consulte [Responder al COVID-19 en el lugar de trabajo](#) para obtener más información. Tenga en cuenta que la ley federal exige que los planes de salud continúen pagando por la realización de la prueba sin reparto de costos, independientemente de si el individuo presenta síntomas de COVID-19 o no.
- ✓ Cumpla con los requisitos de informes si su lugar de trabajo tiene un grupo de 3 o más casos de COVID-19 entre los trabajadores en un lapso de 14 días. Comuníquese con el Departamento de Salud Pública en [www.redcap.link/covidreport](http://www.redcap.link/covidreport) o llame al 888-397-3993 o al 213-240-7821.

## Mantenga un ambiente de trabajo saludable

- ✓ **Aumente la ventilación:** La [ventilación](#) eficaz es una de las formas más importantes de controlar la transmisión de pequeños aerosoles. Asegúrese de que el sistema HVAC de su edificio esté en buenas condiciones y funcione. Considere instalar purificadores de aire portátiles de alta eficiencia, actualizar los filtros de aire del edificio a la mayor eficiencia posible y realizar otras modificaciones para aumentar la cantidad de aire exterior y ventilación en todas las áreas de trabajo. Cuando el clima y las condiciones de trabajo lo permitan, aumente el aire fresco del exterior abriendo ventanas y puertas. Considere usar ventiladores para aumentar la efectividad de las ventanas abiertas. Disminuya la ocupación en áreas donde no se puede aumentar la ventilación exterior.
- ✓ **Garantice la seguridad del sistema de agua:** Para minimizar el riesgo de la enfermedad del legionario y otras enfermedades asociadas con el agua, tome medidas para garantizar que todos los sistemas y fuentes de agua (por ejemplo, bebederos, fuentes decorativas) sean seguros de usar después de un cierre prolongado de la instalación. Esto incluye un lavado adecuado y puede requerir pasos de limpieza adicionales (que incluye desinfección). Siga la [Guía para sistemas de agua de edificios](#) del CDC, que describe los 8 pasos que debe seguir antes de reabrir su negocio o edificio.
- ✓ **Promover la higiene de las manos:** Proporcione instalaciones para lavarse las manos a los empleados y garantice que tengan el tiempo suficiente para lavarse las manos durante el tiempo de trabajo. Anime a los empleados a lavarse las manos durante al menos 20 segundos cada vez. Consulte la guía [Cuándo y cómo lavarse las manos](#) del CDC. El desinfectante de manos debe contener al menos un 60% de alcohol. No proporcione desinfectantes de manos con alcohol metílico (metanol) o alcohol 1-propílico (1-propanol). Para más información, consulte la [Guía de desinfectantes de manos de la FDA](#). En la [sección de señalización](#) de la versión web de esta guía hay carteles disponibles en varios idiomas que le recuerdan a las personas que se laven o desinfecten las manos y que les muestran cómo lavarse las manos.
- ✓ **Limpieza y desinfección:** Los lugares de trabajo deben consultar la [guía de limpieza del CDC](#) para ayudar a determinar con qué frecuencia se deben limpiar y/o desinfectar sus instalaciones. Limpiar una vez al día suele ser suficiente. Los empleadores deben identificar y limpiar con regularidad las superficies y objetos que son tocados frecuentemente, como picaportes, botones de ascensores, herramientas, pasamanos, teléfonos, auriculares, superficies de baños y volantes. Cualquier material, área, equipo u objeto que haya utilizado un caso de COVID-19 durante el período de exposición de

## Prácticas recomendables: Guía para negocios

alto riesgo debe desinfectarse si están en un espacio interior y serán usados por otro empleado dentro de las 24 horas posteriores al caso de COVID-19.

### Mantenga operaciones comerciales saludables

- ✓ **Refuerce las políticas de licencia pagada:** Revise las políticas de licencia en el lugar de trabajo y modifíquelas para garantizar que los empleados no sean penalizados cuando se quedan en casa debido a una enfermedad. Asegúrese que sus empleados sean conscientes que pueden ser elegibles para beneficios como [licencia por enfermedad remunerada](#) o compensación para trabajadores si ellos o un miembro de su familia a quien cuidan se enferman con COVID-19, o si necesitan estar en cuarentena debido a una exposición.
- ✓ **Proteja a los empleados que corren un mayor riesgo de contraer enfermedades graves:** Ofrezca opciones de teletrabajo para aquellas personas con [mayor riesgo](#) que no estén completamente vacunadas, o considere asignar tareas o implementar modificaciones de seguridad que minimicen el contacto del empleado con los clientes y otros empleados.
- ✓ **Implemente políticas y prácticas que apoyen el distanciamiento físico:** Siempre que sea posible, adopte medidas para reducir la aglomeración de personas en un ambiente interior y permita que los empleados y los clientes se distancien físicamente unos de otros; por lo general, se recomienda una distancia de al menos 6 pies (aproximadamente 2 longitudes de brazo), aunque esto no es una garantía de seguridad, especialmente en espacios cerrados o mal ventilados. Considere las siguientes estrategias:
  - ✓ **Limite la ocupación de ambientes interiores** para aumentar el espacio físico entre los empleados en el lugar de trabajo, entre los empleados y los clientes, y entre los clientes.
  - ✓ **Utilice cinta adhesiva, señales u otras indicaciones visuales**, como calcomanías o cintas de colores en el suelo, colocadas a seis pies de distancia, para orientar a los clientes sobre dónde colocarse para evitar aglomeraciones y para fomentar el distanciamiento cuando se formen colas.
  - ✓ **Siempre que sea posible, continúe ofreciéndole a los empleados opciones de teletrabajo.** En tiempos de alta transmisión comunitaria, continúe utilizando la modalidad de teletrabajo que no interfiera con las operaciones comerciales. El teletrabajo reduce de manera significativa el riesgo de exposición de los empleados, sus hogares y comunidades.
  - ✓ **Implemente horarios de trabajo flexibles**, como turnos alternados o rotativos, para reducir el número de empleados in situ en un momento dado.
  - ✓ **Modifique el espacio de trabajo físico para aumentar la distancia** entre los puestos de trabajo de los empleados y los clientes. Cuando el distanciamiento no sea factible, coloque barreras para bloquear las vías de contacto entre las personas. Tenga en cuenta la altura y la postura de los empleados afectados, la dirección del flujo de aire, la seguridad contra incendios y la necesidad de mejorar la ventilación a la hora de diseñar e instalar las barreras.
- ✓ **Haga que las comidas y los descansos sean más seguros:**
  - ✓ Anime a los empleados a comer al aire libre o solos en una oficina cerrada. Si los empleados deben comer en un espacio cerrado, deben estar a por lo menos 6 pies de distancia (aproximadamente dos longitudes de brazo) con respecto a los demás si comen en un área de comidas compartida que se encuentre en un espacio cerrado.

## Prácticas recomendables: Guía para negocios

---

- ✓ Recuérdelo a aquellos empleados que coman en espacios cerrados que cuando estén comiendo o bebiendo de manera continua es necesario que estén sentados, en un mostrador o en un lugar fijo.
  - ✓ Alterne los tiempos de descanso de los empleados para que menos de ellos utilicen el área de almuerzo o las salas de descanso a la vez.
  - ✓ Siempre que sea posible, reconfigure las salas de descanso para permitir que los empleados mantengan una distancia física de al menos 6 pies mientras comen.
  - ✓ Coloque letreros para recordar al personal que tenga cuidado durante los horarios de comida y en las salas de descanso.
- ✓ Proporcione información, incluido el folleto [Seguridad relacionada al COVID-19: Derechos de los trabajadores en California](#) (consulte [Recursos](#) para otros idiomas)

## Señalización

La señalización está disponible para mascarillas, lavado de manos y mantenerse alejado si está enfermo y se puede encontrar en el sitio web en [ph.lacounty.gov/acd/ncorona2019/bestpractices/#signage](http://ph.lacounty.gov/acd/ncorona2019/bestpractices/#signage).

## Prácticas recomendables: Guía para negocios

---

### Recursos

En <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/bestpractices/#resources> se encuentran disponibles recursos sobre medidas de seguridad, pruebas de detección de síntomas, derechos de los trabajadores y equipo de protección personal.

