



LISTA DE VERIFICACIÓN DE SEGURIDAD RELACIONADA CON EL COVID-19 PARA TRABAJADORES DE LA CONSTRUCCIÓN PARA EMPLEADORES

Versión accesible: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/construction-worker-checklists.html>

Los CDC tienen la siguiente lista de verificación para compartir maneras en que los empleadores pueden proteger a los trabajadores de la construcción y desacelerar la propagación del COVID-19. Esta herramienta concuerda con [Lo que deben saber los trabajadores de la construcción acerca del COVID-19](#).

EVALUACIÓN DE PELIGROS	
	Realizar una evaluación de peligros para determinar las fuentes potenciales de exposición al SARS-CoV-2, el virus que causa la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19), como el contacto cercano entre los compañeros de trabajo, o entre los trabajadores y los miembros del público con COVID-19.
	Use la herramienta para la planificación del control de exposiciones al COVID-19 . <ul style="list-style-type: none">• Verifique dónde sus empleados podrían estar expuestos al SARS-CoV-2 y las medidas de control implementadas para mitigar las exposiciones potenciales.• Consulte los procedimientos adecuados de los CDC para evaluar la salud de los empleados y el manejo de los trabajadores enfermos o expuestos.• Considere incorporar una estrategia para las pruebas de detección de COVID-19 por niveles.
Nombre de la persona que debe contactarse en relación con la evaluación de peligros:	
Correo electrónico:	Teléfono:
CONTROL Y PREVENCIÓN	
	Implemente la jerarquía de controles adecuada, que incluya eliminación, sustitución, controles de ingeniería y controles administrativos, como también el equipo de protección personal (EPP) seleccionado como resultado de la evaluación de peligros realizada por el empleador. <ul style="list-style-type: none">• Implemente controles de ingeniería donde sea posible (p. ej., barreras físicas para separar a los trabajadores, mejor ventilación).• Implemente controles administrativos donde sea posible (p. ej., escalonar los turnos de trabajo, limitar la capacidad máxima en la sala de descanso, practicar el distanciamiento social, asegurarse de que los trabajadores se pongan una mascarilla).• Fomente el uso de EPP adecuado, identificado mediante las evaluaciones de peligros y de acuerdo con el estándar de OSHA en 29 CFR 1910, subparte I, y las directrices de la OSHA y de los CDC para el uso de EPP. (Nota: las mascarillas no son parte del EPP y no deben usarse en lugar de los respiradores aprobados por NIOSH).
PROMOVER EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL Y USO DE MASCARILLAS	
	Implementar las directrices de distanciamiento social que incluyen mantener al menos 6 pies o 2 metros de distancia (largo de 2 brazos) entre los compañeros de trabajo, e implementar las directrices de uso de mascarillas . <ul style="list-style-type: none">• Coloque avisos para recordarles a los miembros del personal que mantengan al menos 6 pies o 2 metros de distancia entre sí.



LIMPIEZA, DESINFECCIÓN E HIGIENE DE LAS MANOS

Implemente procedimientos para la [higiene de las manos](#), así como la [limpieza y desinfección](#):

- Provea agua, jabón y toallas de papel para que los trabajadores y las visitas se laven las manos, y fomente el lavado frecuente y [adecuado](#) de las manos (por al menos 20 segundos).
- Provea un [desinfectante de manos](#) con al menos un 60 % de alcohol y aliente a los trabajadores a que lo usen con frecuencia cuando no puedan lavarse las manos fácilmente.
- Busque maneras alternativas de promover la higiene de las manos si le resulta difícil abastecerse de desinfectante de manos y no hay agua disponible. Los ejemplos incluyen estaciones móviles para lavarse las manos, baldes grandes (de más de 5 galones) con tapa y grifo para proveer agua, y múltiples estaciones de lavado de manos.
- Identificar las áreas más concurridas y las superficies o artículos que se compartan o toquen con frecuencia, que podrían contaminarse. Realice en ellas una mayor [limpieza y desinfección](#) usando [desinfectantes registrados en la EPA](#).

MANEJO DE LOS TRABAJADORES ENFERMOS

[Identifique y aisle a los empleados enfermos](#); incluya prácticas para que los trabajadores se automonitoreen o sean evaluados, y [aisle](#) y excluya del lugar de trabajo a cualquier empleado con [síntomas](#) de COVID-19 o que haya tenido contacto con una persona que se sepa que tiene COVID-19.

- Los empleados que parezcan tener [síntomas](#) al llegar al trabajo o se enfermen durante el día deben ser separados inmediatamente de los otros empleados, clientes y visitantes, y ser enviados a casa.
- Implemente un [procedimiento](#) para el transporte seguro de empleados que se enfermen en el trabajo. El empleado podría necesitar que lo lleven a su casa o a un proveedor de atención médica.

Familiarícese con los [sitios locales donde se hagan pruebas del COVID-19](#) por si sus empleados presentan síntomas. Estos podrían incluir sitios donde las pruebas sean gratuitas.

Infórmeles a los empleados de su posible exposición al COVID-19 en el [lugar de trabajo](#), pero mantenga la confidencialidad. Los trabajadores con [contacto cercano](#) (dentro de los 6 pies o 2 metros de distancia por un tiempo total acumulado de 15 minutos o más en un periodo de 24 horas) con una persona con COVID-19 debe [ponerse en cuarentena](#) por 14 días después de la última exposición. (Si bien los CDC continúan recomendando una cuarentena de 14 días, hay [opciones](#) para acortar el periodo de cuarentena después de los 7 o los 10 días). La [cuarentena](#) mantiene a alguien *que podría haber estado expuesto* al virus alejado de los demás. Siga la guía de los [CDC](#) y las guías [estatales o locales](#) sobre qué hacer cuando se sabe que una persona ha estado expuesta.

REGRESO AL TRABAJO DESPUÉS DE LA EXPOSICIÓN DEL TRABAJADOR AL COVID-19

Se debe aconsejar a los trabajadores sobre los procedimientos para [regresar al trabajo](#).

- Evite compartir objetos y equipos con otros empleados, incluidos los teléfonos, los escritorios u otras mesas de trabajo, herramientas y equipos de trabajo, cuando sea posible.
- Lave y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente, como herramientas compartidas, máquinas, vehículos y otros equipos, barandas, escaleras, manijas de puertas, y baños portátiles. Las superficies sucias pueden limpiarse con agua y jabón antes de desinfectarlas. Para desinfectar, use estos [desinfectantes registrados en la EPA](#).
- Siga la guía de los CDC para [interrumpir el autoaislamiento](#) y regresar al trabajo después de haber estado enfermo, o para [interrumpir la autocuarentena](#) y monitorearse después de la exposición, según sea lo adecuado para el lugar de trabajo.
- Utilice el [kit de herramientas para reanudar las operaciones comerciales](#), que contiene guías de los CDC en relación con la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19).

PROVEER EDUCACIÓN, CAPACITACIÓN Y COMUNICACIÓN

Informar a los empleados sobre las opciones de flexibilidad laboral, incluidos el trabajo a distancia y las licencias por enfermedad.

- Evalúe las políticas existentes y, si es necesario, considere actualizarlas para facilitar el uso apropiado de la opción de trabajo a distancia, las [licencias por enfermedad o de otro tipo](#), y otras posibilidades que ayuden a minimizar el riesgo de exposición de los trabajadores.
- Hable sobre las opciones de flexibilidad laboral, y asegúrese de que los trabajadores entiendan cómo pueden usarlas (p. ej., [licencias por enfermedad y políticas de trabajo a distancia](#)).
- Comunique cómo manejar la fatiga laboral durante el COVID-19 (p. ej., [manejo de la fatiga](#)).

Provea educación y capacitación a sus trabajadores sobre los [síntomas](#) del COVID-19 y los [riesgos de exposición del trabajador al SARS-CoV-2](#); dónde y cómo los empleados podrían estar expuestos en el lugar de trabajo; y cómo prevenir la [propagación del COVID-19](#) en el trabajo.

CONSIDERACIONES SOBRE LA SALUD Y BIENESTAR MENTAL

Hable sobre los [consejos para desarrollar la capacidad de adaptarse y recuperarse](#). Por ejemplo:

- Hable abiertamente con los empleados o los sindicatos sobre cómo la pandemia está afectando el trabajo. Todos deben comunicar las expectativas claramente.
- Prevea cambios en el comportamiento de sus empleados. Esté atento a cambios como mayor irritabilidad o enojo, mayor preocupación o tristeza, hábitos de alimentación o de sueño no saludables, y dificultad para concentrarse. Estos pueden ser signos de que su empleado tiene dificultades con el estrés o la ansiedad.
- Asegúrese de que su compañía tenga un sistema implementado para identificar y ofrecer servicios de salud mental a los empleados que necesiten apoyo.

Nombre de la persona que debe contactarse para el programa de asistencia a empleados:

Correo electrónico:

Teléfono:

Recursos:

- Línea Nacional de Prevención del Suicidio: 1-800-273-TALK (1-800-273-8255)
- Línea Nacional contra la Violencia Doméstica: 1-800-799-7233 y línea TTY 1-800-787-3224
- Línea de Ayuda para Sobrellevar la Angustia Provocada por Desastres: llame al 1-800-985-5990 o envíe un mensaje de texto que diga Háblanos al 66746
- Línea Nacional de Ayuda de la Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA): 1-800-662-HELP (4357)