



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

CUANDO LAVARSE LAS MANOS

Para prevenir la propagación de gérmenes, asegúrese de lavarse las manos durante estos momentos clave:

- **Antes, durante y después** de preparar comida
- **Antes** de comer
- **Antes y después** de cuidar a alguien con síntomas de vómito o diarrea
- **Antes y después** de tratar una herida
- **Después** de usar el baño
- **Después** de cambiar pañales o limpiar a un niño que ha usado el baño
- **Después** de sonarse la nariz, toser o estornudar
- **Después** de tocar un animal
- **Después** de manipular alimentos para mascotas o golosinas para mascotas
- **Después** de tocar la basura
- **Después** de haber estado en un lugar público y tocado objetos o superficies que puede ser tocada frecuentemente por otras personas, como: manillas de puertas, mesas, gasolineras, carritos de compra, pantallas electrónicas, etc.

Lo más importante, asegúrese de lavarse las manos antes de tocarse los ojos, la nariz o la boca, porque así es como los gérmenes entran en nuestro cuerpo.

Recuerde, todos tenemos que hacer nuestra parte para prevenir la propagación del coronavirus.



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

LAVADO DE MANOS

Lavarse las manos con agua y jabón es una de las maneras más efectivas de prevenir la propagación de gérmenes si se hace correctamente. Está es la manera correcta de lavarse las manos:

- 1. Moje** sus manos con agua limpia y aplica jabón.
- 2. Enjuáguese** las manos completamente con el jabón, incluyendo la parte posterior de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
- 3. Enjuague** sus manos por al menos 20 segundos. O la canción de "Feliz Cumpleaños" contada de principio a fin dos veces.
- 4. Enjuague** bien las manos con agua limpia.
- 5. Séquese** las manos con una toalla limpia o al aire.

Si agua y jabón no están disponibles, use un desinfectante de manos con base de alcohol conteniendo al menos un 60% de alcohol. Siempre revise la etiqueta para asegurarse de que tu desinfectante contiene al menos un 60% de alcohol.

Recuerde, todos tenemos una parte en la prevención de la propagación del coronavirus.



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

CREACIÓN DE COHORTES

Reduciendo el número de individuos que entran en contacto contigo durante la semana puede reducir la transmisión de COVID-19. Con eso en mente considere:

- Agrupar a los mismos trabajadores el mismo grupo cada día.
- Alterar horarios para asegurar que los grupos de trabajadores siempre sean asignados a los mismos turnos con los mismos compañeros de trabajo.
- Crear grupos pequeños con viviendas y transporte compartidos para limitar la exposición al virus.
- Los trabajadores que están en la misma unidad de vivienda compartida deben seguir la Guía de Hogares Cercanos.

Recuerde, todos tenemos que hacer nuestra parte para prevenir la propagación del coronavirus.



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

TRANSPORTE

Cuando los trabajadores agrícolas utilizan el transporte compartido, por favor considere estas precauciones de seguridad:

- Proporcionar tanto espacio entre personas lo mas posible.
- Agrupar a los trabajadores que comparten alojamiento o trabajan en el mismo grupo cuando se transportan.
- Limitar el número de personas en un vehículo y la frecuencia de los viajes.
- Tenga a su disposición desinfectante de manos y anima a los pasajeros a usarlo antes de entrar en el vehículo y al llegar al destino.
- Instruya a los conductores a seguir la etiqueta apropiado cuando tosiendo o estornudando cuando en el vehículo, como tosiendo en el codo.
- Anime altamente a todos los pasajeros y conductores a usar mascarillas para cuando estén en el vehículo.

El Centro para el Control de Enfermedades (CDC) recomienda que los vehículos de transporte sean limpiados y desinfectados antes y después de cada viaje, o al menos diariamente.

Recuerde, todos tenemos que hacer nuestra parte para prevenir la propagación del coronavirus.



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

CONOZCA SU MÁSCARA

COVID-19 puede transmitirse por personas asintomáticas por eso es importante que todo el mundo use mascarillas y se mantenga al menos 6 pies de distancia de otras personas cuando en público, incluso cuando están cerca de personas que no viven en su hogar.

- Antes de tocarse la cara, límpiense las manos con jabón y agua o desinfectante.
- Si usa una mascarilla, asegúrese de que no haya rasgaduras o agujeros obvios en ninguno de los lados.
- Determinar qué lado de la mascarilla es la parte superior. Algunas mascarillas tienen un borde flexible rígido en la parte superior para moldear a la forma de la nariz.
- Determina qué lado de la mascarilla es el frente. El lado de color de la máscara es generalmente el frente y debe mirar lejos de usted, mientras que el lado blanco toca su cara.
- Para ser efectiva, la mascarilla o la cobertura facial debe cubrir completamente la nariz y la boca
- Las mascarillas desechables o de tela son su mejor opción. Sólo si no están disponibles debe utilizar un pañuelo.

Recuerde, todos tenemos una parte en la prevención de la propagación del coronavirus.



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

PONERSE LA MÁSCARA

Las mascarillas y otras cubiertas faciales son una barrera que ayuda a evitar que las gotitas respiratorias que viajen al aire y a otras personas cuando hablando, tosiendo, estornudando, hablando, cantando o levantando la voz. Está es la manera apropiada de ponerse una mascarilla:

- Si estás usando una mascarilla facial desechable con lazos en los oídos, sostenga la máscara por los lazos.
- Coloca un lazo alrededor de cada oreja o ata la mascarilla cerca de la parte superior e inferior de la cabeza.
- Asegúrese de abrir la mascarilla completamente, desde el puente de la nariz hasta debajo de la barbilla, cubriendo la nariz y la boca por completo.
- Para ser efectiva, la mascarilla o la cobertura facial debe cubrir completamente la nariz y la boca
- Las mascarillas desechables o de tela son su mejor opción. Sólo si no están disponibles debe utilizar un pañuelo.

Cuando necesite beber o comer, alejarse físicamente de los demás, tire hacia abajo en ambos lados de la máscara o la cara que cubre y descanse debajo de la sombra.

Después agarra la mascarilla por los lados y vuelve a su posición cubriendo la nariz y la boca. Evite tocar la parte frontal de la cubierta facial; está contaminado.

Recuerde, tu cobertura facial puede ayudar a proteger a otros y las de otros te protege.



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

QUITAR LA MÁSCARA

Las mascarillas usadas pueden tener el potencial de propagar gérmenes, por lo que se debe tener el cuidado cuando botándolas. Las mascarillas desechables se deben usar una vez y luego tirarse en la basura. También debe retirarlas y reemplazarlas cuando se humedezcan. La forma correcta de quitar la mascarilla es primero:

- Lávese las manos con agua y jabón o desinfectante antes de tocar la cubierta facial.
- Solo toca las bandas de la mascarilla. Evite tocar la parte frontal de la cubierta facial que está contaminada.
- Para mascarillas desechables con corbatas: Sujete ambas corbatas y suelte las suavemente, después levante y retire la máscara. Sujete sólo la banda o la corbata y deje caer la mascarilla usada en la basura.
- Lávese las manos con jabón y agua o use desinfectante para las manos.

Si debe usar un pañuelo como cobertura facial, se debe retirarse cuidadosamente y doblarse para que el lado contaminado no quede expuesto. El pañuelo se debe lavarse bien y secarse antes de volver a usar.

El cuidado adecuado es importante. Recuerde, tu cobertura facial puede ayudar a proteger a otros y las de otros te protege.



SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES AGRÍCOLAS

DISTANCIAMIENTO FÍSICO

Como con cualquier grupo grande, el CDC recomienda el distanciamiento físicamente para prevenir la propagación del virus. Aquí hoy algunas consideraciones:

- Altera horarios de comidas, y tiempos de descanso.
- Haga que los trabajadores alternen filas en los campos para facilitar una distancia de seis pies entre cada trabajador.
- Coloque materiales como cubos de recolección y productos en un punto de transferencia central en lugar de transferir directamente de un trabajador al siguiente.
- Al proporcionar capacitación, considere proveerla afuera, en grupos más pequeños d con participantes separados por seis pies.
- Al señalar algo a un compañero de trabajo, mantenga su mascarilla puesta y, señala el área de interés y luego dar un paso atrás.
- Al tener una conversación con un compañero de trabajo, mantenga puesta su mascarilla y mantiene al menos seis pies de distancia.

El cuidado adecuado es importante. Recuerde, tu cobertura facial puede ayudar a proteger a otros y las de otros te protege.