

# PROTEGIENDO A TRABAJADORES AGRICOLAS DEL COVID-19

## ¿Qué es COVID-19?

COVID-19 es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el nuevo coronavirus.

## ¿Cómo se propaga COVID-19?



Contacto personal cercano



Gotitas respiratorias



Superficies contaminadas

## ¿Quién es más probable de enfermarse gravemente de COVID-19?

- Adultos mayores de 65 años
- Personas con condiciones médicas como:
  - Enfermedad del corazón
  - Diabetes
  - Enfermedad respiratoria

## Síntomas Comunes



Fiebre (más alta de 100.4°F/38°C)



Tos seca



Dificultad para respirar



Nueva pérdida de olfato o sabor



Náusea o vómito



Diarrea



## ¿Cuándo aparecen los síntomas?

Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la infección y varían de persona a persona. Algunas personas pueden tener el virus pero nunca desarrollan síntomas. Personas que tienen el virus y no muestran ningún síntoma pueden infectar a otros.

Otros síntomas incluyen: Fatiga y dolor del cuerpo.

## CÓMO PROTEGERSE USTED Y SU FAMILIA

### Limpieza y Desinfección



Lávese la palma y atrás de las manos y entre los dedos por lo menos 20 segundos con agua y jabón o un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca si no se ha lavado las manos.



Tosa y estornude en un pañuelo de papel o codo flexionado. Deseche el pañuelo inmediatamente después de usarlo y lávese las manos.



Use un tapabocas en lugares públicos, incluso el trabajo.



Evite compartir artículos personales con otros (alimentos, tazas, guantes, pañuelos).



Cuando llegue a su casa, quítese la ropa del trabajo (sepárela y no la mezcle con el resto de su ropa) y báñese.



Limpie y desinfecte las superficies y los objetos que toca con frecuencia (perillas de puertas, manijas, baños, mesas, garrafón, herramientas, vehículos).

### Distanciamiento Físico

#### EN EL TRABAJO

Reduzca el número de pasajeros, abra las ventanas, y use un tapabocas cuando esté con otras personas.



Mantenga una distancia de 2 metros (6 pies) en todo momento cuando esté en los campos, huertos, viñedos y empacadoras.



Evite saludos sociales como apretones de manos, abrazos y golpes de puños y codos.



#### EN EL HOGAR



**"Ordenanza de Quedarse en Casa"**  
Sólo salga de casa para realizar actividades esenciales (trabajo, compras de comida, atención médica, lavar su ropa).



Cuando sea posible, organice camas, sofás y sillas para mantener una distancia de 2 metros (6 pies).



Evite las reuniones sociales y celebraciones en persona (fiestas de cumpleaños, bodas, cenas casadas).

## CONOZCA SUS DERECHOS

- Tiene derecho a un lugar de trabajo seguro y capacitación en seguridad.
- Tiene derecho de hablar para defender su salud y seguridad en el trabajo.
- Usted es elegible para evaluación médica y pruebas gratuitas sin importar su estatus migratorio. Las pruebas y el tratamiento de COVID-19 no se consideran carga pública.
- Puede ser elegible para el tiempo libre pagado por ausencias relacionadas con COVID-19.

## DÓNDE ACCEDER CUIDADO

- Pacientes sin seguro o Medi-Cal sin un plan de salud, llame a la línea Medi-Nurse 24/7: 1-877-409-9052
- Para obtener ayuda con el acceso a la cobertura de salud y seguro, llame a Health Consumer Alliance (HCA): 1-888-804-3536 o TTY 1-877-735-2929
- Si tiene síntomas o ha estado cerca de alguien que tiene síntomas o quién dio positivo, no vaya a trabajar, informe a su empleador y hagase la prueba: 1-888-634-1123 o [covid19.ca.gov/testing-and-treatment](https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/testing.aspx)

Para información local, contacte:

Esta sección proporciona un espacio para que las organizaciones locales agreguen su información de contacto.



UCLA  
Labor Occupational Safety & Health Program



UC DAVIS  
Western Center for Agricultural Health and Safety

