

COVID-19: Qué hacer si usted es un trabajador de servicio de salud

COVID-19 se está expandiendo en las comunidades de Vermont. Si bien todos los habitantes de Vermont corren el riesgo de estar expuestos, recomendamos que los trabajadores de la salud tomen precauciones específicas para protegerse a sí mismos y a sus pacientes. Esta guía está dirigida a las personas que trabajan en entornos de atención de servicio de salud y que pueden estar expuestas a pacientes o a materiales infecciosos. Para este fin, no se incluye a los trabajadores de laboratorios clínicos.

Asegúrese de no estar enfermo antes de ir a trabajar.

Una forma de hacerlo es tomarse la temperatura. Quédese en casa si tiene una temperatura de 100 °F o más. Si no tiene fiebre, pero se siente enfermo o tiene tos o dificultad para respirar, quédese en casa y llame a su empleador. Algunos lugares de trabajo tienen protocolos de evaluación de síntomas antes de comenzar un turno; consulte con su empleador acerca de sus protocolos.

Sepa qué hacer si empieza a sentirse mal en el trabajo.

Si comienza a sentirse mal en el trabajo, le recomendamos que se ponga una mascarilla de inmediato, notifique a su supervisor y haga un plan para irse lo antes posible. Consulte con su empleador sobre el protocolo específico de su lugar de trabajo.

Sepa cómo se le notificará si ha estado expuesto a un caso confirmado.

El Departamento de Salud se está comunicando con los centros de salud que han atendido a personas con COVID-19 para hablar sobre los siguientes pasos recomendados por los CDC. Póngase en contacto con el programa de salud ocupacional de su establecimiento, el programa de prevención de infecciones o el administrador apropiado para analizar su plan para notificar a los empleados en caso de que el personal de su establecimiento haya cuidado de alguien con COVID-19. Considere preguntar sobre los planes de exclusión del trabajo para empleados que hayan estado expuestos o las normas para regresar al trabajo.

Si ha estado expuesto en algún otro lugar que no sea el lugar de trabajo:

Hable con su empleador sobre su exposición y si debe permanecer sin trabajar, o qué medidas adicionales debe tomar antes de ir a trabajar.

Si usted como por ejemplo el cuidado de alguien con COVID-19 que está hospitalizado:

Siga siempre las precauciones estándar y las basadas en la transmisión, incluyendo el uso de protección ocular, mascarilla o respirador, bata y guantes. Es especialmente importante que monitoree regularmente los síntomas y que se excluya del trabajo si desarrolla tos, fiebre o falta de aire.

Tenga en cuenta que su empleador puede optar por sustituir esta guía.

Para más información, visite: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assessment-hcp.html y www.heathvermont.gov/COVID-19

COVID-19: What to do if you are a health care worker

COVID-19 is spreading in Vermont communities. While all Vermonters are at risk for exposure, we recommend that health care workers take specific precautions to protect themselves and their patients. This guidance is for people who work in health care settings and have the potential to be exposed to patients or infectious materials. For this purpose, clinical laboratory workers are not included.

Make sure that you are not sick before going to work.

One way to do this is by taking your temperature. Stay home if you have a temperature of 100° F and above. If you don't have a fever, but you feel ill, or have a cough or shortness of breath, stay home from work and call your employer. Some workplaces have symptom screening protocols before starting a shift; check with your employer about their protocols.

Know what to do if you start feeling sick while at work.

If you start feeling ill while at work, we recommend putting on a mask right away, notifying your supervisor, and making a plan to leave as soon as possible. Check with your employer about the specific protocol at your workplace.

Know how you will get notified if you have been exposed to a confirmed case.

The Department of Health is reaching out to health care facilities that have provided care to people with COVID-19 to discuss next steps as recommended by CDC. Reach out to your facility's occupational health program, infection prevention program, or the appropriate administrator to discuss their plan to notify employees in the event that staff at your facility provided care for someone with COVID-19. Consider asking about their plans for exposed employee exclusion from work or return to work criteria.

If you have been exposed somewhere other than the workplace:

Talk with your employer about your exposure and if you should stay out of work, or what additional measures to take before going to work.

If you have ongoing exposures, such as providing care for someone with COVID-19 who is hospitalized:

Always follow standard and transmission-based precautions, including use of eye protection, facemask or respirator, gown, and gloves. It's especially important to monitor yourself for symptoms regularly and to exclude yourself from work if you develop cough, fever, or shortness of breath.

Please note that your employer may choose to supersede this guidance.

For more information, visit: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assessment-hcp.html and www.healthvermont.gov/COVID-19