

# Pautas para la evaluación diaria de miembros del personal e invitados para la detección de los síntomas de COVID-19

## Resumen de los cambios del 9 de marzo de 2021

- Texto actualizado para el ajuste y el material de las mascarillas y los tapabocas de acuerdo con las recomendaciones de los CDC (por su sigla en inglés, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).
- Se han añadido recomendaciones de cuarentena para las personas vacunadas por completo que puedan haber estado expuestas a la COVID-19.
- Nueva información agregada para las personas vacunadas.
- Información actualizada sobre los horarios de la línea directa sobre COVID-19 y los días de funcionamiento.

## Introducción

El Departamento de Salud del Estado de Washington recomienda a los empleadores que sigan estas pautas para evaluar al personal y a los invitados (pero no a los clientes de las tiendas) al comienzo de cada turno o visita para prevenir la propagación de la COVID-19.

## ¿Qué es la evaluación de detección de síntomas?

La [prevención de infecciones en el lugar de trabajo](#) es importante para evitar la propagación de la COVID-19. Los empleadores pueden reducir las posibilidades de transmisión de la COVID-19 por medio de las evaluaciones de detección. Mediante las evaluaciones de detección, no se identificará a las personas que aún no presentan síntomas o que podrían estar contagiadas, pero no presentan síntomas.

## ¿A quién se debe evaluar?

Se debe evaluar al personal y a los invitados que ingresen al lugar de trabajo. Esto no incluye a los clientes que están en un área de atención al público (por ejemplo, los clientes de un restaurante o de un supermercado).

## ¿Cuándo debe una empresa evaluar al personal y a los invitados?

Se debe evaluar al personal y a los invitados al comienzo de cada turno o visita.

## ¿Cómo debe organizar la empresa las evaluaciones de detección de síntomas?

- Si planea realizar controles de salud en persona, hágalo de forma segura y respetuosa. Los empleadores pueden utilizar distanciamiento físico, barreras o muros, o PPE (por su sigla en inglés, equipo de protección personal) para proteger al evaluador. El uso de PPE por sí solo no es tan eficaz como el distanciamiento físico, y los usuarios deben recibir capacitación sobre el uso del PPE. Consulte las pautas que aparecen en el documento [Qué mascarilla para qué tarea](#) (en inglés) del Departamento de Trabajo e Industrias para determinar el nivel

adecuado de PPE.

- Ofrezca información sobre las evaluaciones de detección en idiomas que el personal y los invitados comprendan. Puede encontrar más información en la página de [recursos y recomendaciones](#) (en inglés) del Departamento de Salud.
- Realice los controles de salud de modo que se evite la aglomeración de personas, como facilitando más de una entrada para evaluaciones de detección en el edificio.
- Para evitar el estigma y la discriminación, procure que las evaluaciones de salud del personal sean lo más privadas posible. No juzgue al personal ni a los invitados por su raza o país de origen.
- No les revele el estado de salud y el historial clínico a otras personas. Siga las pautas de la [Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo](#) (en inglés) relativas al almacenamiento seguro del historial clínico de los controles de salud.
- Guarde un registro de los resultados de la evaluación diaria de detección de síntomas durante al menos 28 días.
- Siga las instrucciones que se indican a continuación sobre [las maneras de controlar y detectar la COVID-19](#). Aquí puede encontrar otro ejemplo de herramienta de evaluación: <https://www.cdc.gov/screening/index.html> (en inglés).

## Maneras de controlar y detectar la COVID-19

Haga las siguientes preguntas.

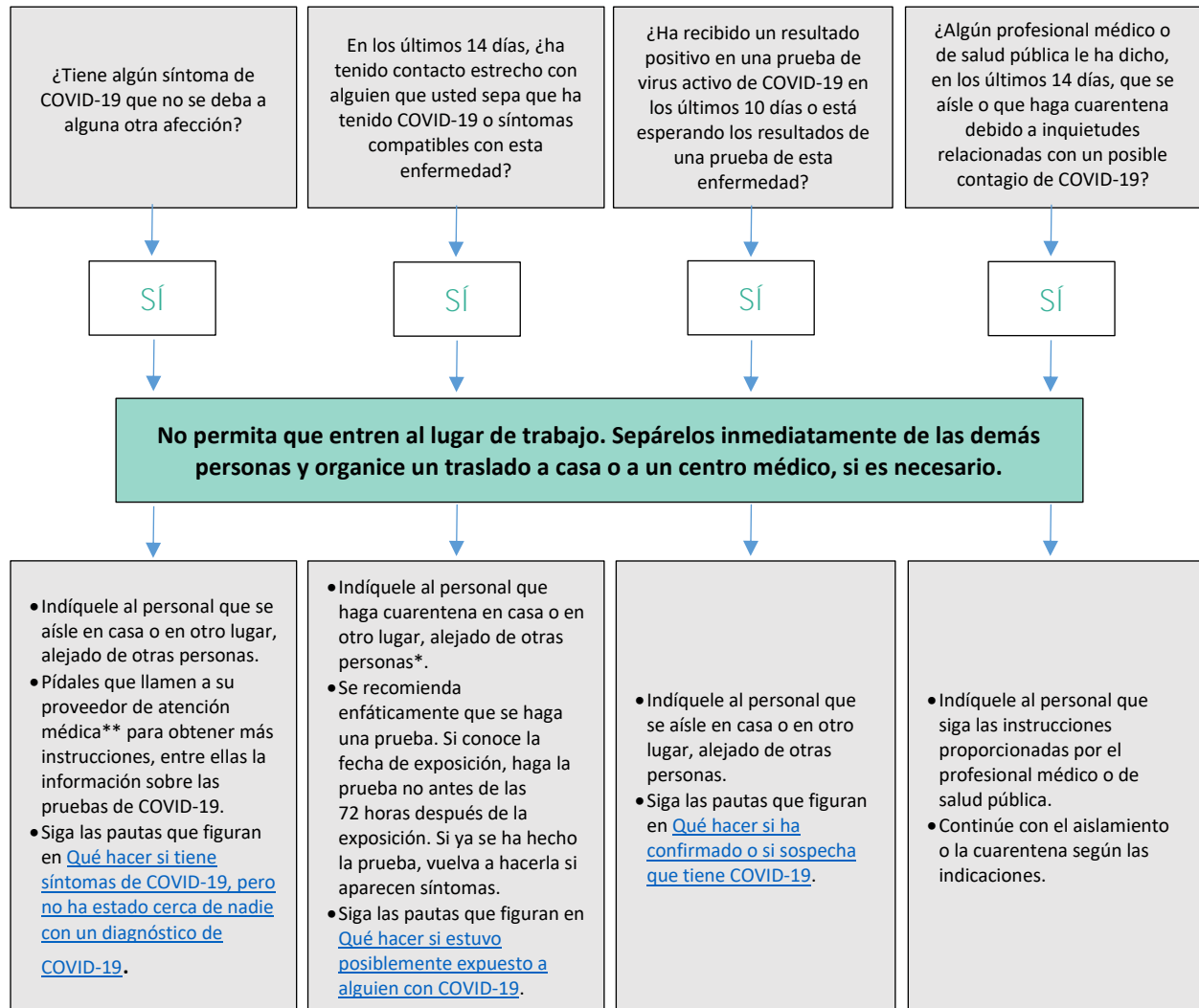
1. ¿Tiene alguno de estos [síntomas](#) que no se deba a alguna otra afección?
  - Fiebre o escalofríos
  - Tos
  - Falta de aire o dificultad para respirar
  - Fatiga
  - Dolor de cuerpo o muscular
  - Dolor de cabeza
  - Pérdida reciente del olfato o gusto
  - Dolor de garganta
  - Congestión
  - Náuseas o vómitos
  - Diarrea
2. En los últimos 14 días, ¿ha tenido contacto estrecho con alguien que usted sepa que ha tenido COVID-19 o síntomas compatibles con esta enfermedad? El contacto estrecho implica estar a menos de 6 pies (2 metros) de una persona durante 15 minutos o más en un período de 24 horas o tener contacto directo con los fluidos de una persona con COVID-19 con mascarilla o sin ella (es decir, que esta persona le tosa o estornude encima).
3. ¿Ha recibido un resultado positivo en una prueba de virus activo de COVID-19 en los últimos 10 días o está esperando los resultados de una prueba de esta enfermedad?
4. ¿Algún profesional médico o de salud pública le ha dicho, en los últimos 14 días, que controle sus síntomas, que se aíse o que haga cuarentena debido a inquietudes relacionadas con un posible contagio de COVID-19?

## ¿Cuál es la diferencia entre el aislamiento y la cuarentena?

- Las personas deben **aislarse** cuando tienen síntomas de COVID-19, cuando están esperando los resultados de la prueba o si dieron positivo en la prueba. El aislamiento implica quedarse en casa y alejado de los demás (incluso de los miembros del hogar) durante el período de tiempo recomendado para evitar la propagación de la enfermedad.

- La **cuarentena** debe hacerse si ha estado expuesto a la COVID-19. Implica quedarse en casa y lejos de los demás durante el período de tiempo recomendado en caso de que esté contagiado y pueda contagiar a otros. La cuarentena se convierte en aislamiento si después da positivo en la prueba de COVID-19 o presenta síntomas.

## ¿Qué debe hacer la empresa si el personal responde que sí a estas preguntas?



\* La reincorporación a las actividades en el lugar de las infraestructuras críticas expuestas o de los trabajadores esenciales expuestos que no presenten ningún síntoma y no hayan dado positivo en las pruebas debe utilizarse como **último recurso y solo en circunstancias limitadas**, como si la interrupción del funcionamiento de una instalación pudiera causar un daño grave o un peligro para la salud o la seguridad públicas. Consulte [estas pautas de los CDC](#) y comuníquese con su departamento de salud local para obtener más información.

Las recomendaciones actuales de cuarentena son permanecer en cuarentena durante 14 días a partir de último contacto. **Esta es la opción más segura**. Controle los síntomas durante este tiempo y, si se presenta algún [síntoma de COVID-19](#) durante los 14 días, hágase la prueba. Ciertos entornos o grupos de alto riesgo **deberían** usar la opción de 14 días de cuarentena:

- Las personas que trabajen o pasen la noche en un entorno de atención médica a corto o largo plazo.
- Las personas que trabajen o pasen la noche en un centro correccional.
- Las personas que trabajen o pasen la noche en un refugio o una vivienda de transición.
- Las personas que vivan en viviendas comunitarias, como dormitorios universitarios, fraternidades o sororidades.
- Las personas que trabajen en lugares concurridos donde el distanciamiento físico es imposible debido a la naturaleza del trabajo, como depósitos o fábricas.
- Las personas que trabajen en buques pesqueros o de procesamiento de mariscos.

Si no se puede, permanezca en cuarentena durante 10 días después de su último contacto, sin hacerse pruebas adicionales. Si se presenta algún síntoma de COVID-19 durante los 10 días, permanezca en cuarentena los 14 días completos y hágase la prueba. **Siga controlándose los síntomas hasta el día 14.**

En circunstancias especiales, es posible que pueda terminar la cuarentena después de 7 días completos desde el último contacto *si* no ha tenido síntomas y después de haber recibido un resultado negativo en la prueba (debería hacerse una prueba no antes de las 48 horas previas a terminar la cuarentena). *Esto dependerá de la disponibilidad de los recursos para realizar pruebas.* **Siga controlándose los síntomas hasta el día 14.**

*Nota: Consulte con la jurisdicción de salud local para determinar cuál es la mejor opción en su caso en particular.*

**\*\* En caso de que alguien no tenga médico o proveedor de atención médica:** muchos lugares ofrecen pruebas gratuitas o de bajo costo, independientemente del estatus migratorio. Consulte las [preguntas frecuentes sobre las pruebas del Departamento de Salud](#) (en inglés) o llame a la [línea directa de información sobre la COVID-19 del estado de WA](#) (en inglés).

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recientemente anunciaron nuevas pautas en las que indican que las personas vacunadas por completo que hayan estado expuestas a alguien con COVID-19 **no** deben permanecer en cuarentena si cumplen todos los siguientes criterios:

- Están vacunados por completo (consulte la sección [Cuando se haya vacunado por completo](#) a continuación para obtener más información).
- No tuvieron síntomas desde la exposición actual a la COVID-19.

Las personas vacunadas por completo deben controlarse los síntomas 14 días después de su exposición. Deben seguir usando mascarilla, mantener la distancia física y mantener círculos sociales reducidos.

Una excepción a dicha pauta es que los pacientes hospitalizados y los residentes de entornos de atención médica que estén vacunados deben permanecer en cuarentena luego de una exposición a alguien con COVID-19.

Las personas que no cumplen ambos criterios deben seguir [las pautas de cuarentena actuales](#) (en inglés) después de la exposición a un caso posible o confirmado de COVID-19.

## Cómo prevenir la propagación de la COVID-19

- **Use un tapabocas de tela** en lugares públicos cerrados, como tiendas de comestibles, farmacias, ferreterías, clínicas de atención médica y otros, así como también cuando esté al aire libre y no pueda mantener una distancia de seis pies (dos metros) de los demás en todo momento.

- Un tapabocas de tela es cualquier elemento que le cubra por completo la boca y la nariz, y que se ajuste de forma segura a los lados de la cara y debajo del mentón. Debe estar hecho con dos o más capas de tela de tejido apretado con cintas o tiras que se ajusten por detrás de la cabeza o de las orejas. Las personas con enfermedades del desarrollo, conductuales o médicas que no puedan usar tapabocas de tela pueden usar un protector facial con tela en la parte inferior. Los niños que asisten a entornos de guardería, campamentos de día y escuelas desde nivel primario hasta secundario pueden usar protectores faciales. En el lugar de trabajo, es posible que se requieran mascarillas regulares o quirúrgicas, ya que protegen más que los tapabocas de tela.
- En las pautas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) [se recomiendan estrategias](#) para mejorar el ajuste de las mascarillas y reducir con más efectividad la propagación de la COVID-19. Entre las estrategias, se incluyen usar un tapabocas de tela sobre una mascarilla quirúrgica, atar las cintas que van detrás de las orejas de las mascarillas quirúrgicas, usar un ajustador de mascarilla o usar una cobertura de nylon sobre la mascarilla. Además, el DOH (por su sigla en inglés, Departamento de Salud) no recomienda el uso de mascarillas con válvulas de exhalación o ventilación, ni de pañuelos o cuellos de abrigo de una sola capa. (Las mascarillas con válvula de exhalación pueden usarse de acuerdo con las pautas publicadas por el DOH y [el L&I \[por su sigla en inglés, Departamento de Trabajo e Industrias\]](#) [en inglés]). Es importante usar mascarilla en todos los lugares públicos e implementar de forma continua medidas de salud pública eficaces, como la vacunación, el distanciamiento físico, la higiene de manos, el aislamiento y la cuarentena.
- **Mantenga una distancia física de seis pies (dos metros)** de los demás en todo momento, incluso si está usando mascarilla.
- **Lávese las manos con frecuencia.** Lávese las manos con jabón y agua durante al menos 20 segundos. Si no tiene agua y jabón, utilice un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60 % de alcohol. No se toque la cara si no se ha lavado las manos.
- **Cúbrase cuando tosa o estornude.** Tire los pañuelos usados y lávese las manos.
- **Limpie las superficies de “alto contacto” con frecuencia**, como los mostradores, las mesas, los picaportes, los aparatos sanitarios, los inodoros, los teléfonos, los teclados, las tabletas y las mesas de luz. Use un aerosol o paño de limpieza doméstica y siga las instrucciones de la etiqueta.
- **No comparta sus artículos personales con nadie**, lo que incluye platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas o ropa de cama.

## Cuando se haya vacunado por completo

Se considera que las personas se vacunaron por completo:

- dos semanas después de recibir la segunda dosis en las series de dos dosis, como las vacunas de Pfizer o Moderna;
- dos semanas después de recibir una vacuna de única dosis, como la vacuna de Janssen, de Johnson & Johnson.

Nota: Si pasaron menos de dos semanas desde que recibió la vacuna, o si aún debe recibir la segunda dosis, NO está protegido por completo. Siga tomando todas las [medidas de prevención](#) hasta que esté vacunado por completo.

Más allá del estado de su vacunación, debe seguir tomando medidas para [protegerse y proteger a los demás](#) en espacios públicos. Esto incluye usar una mascarilla, mantenerse a seis pies (dos metros) de los demás y evitar los espacios concurridos y con mala ventilación. Además, aún debe evitar las reuniones de tamaño mediano o grande y seguir controlando si presenta [síntomas de la COVID-19](#), en especial si estuvo con alguien enfermo.

Fuente: [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#).

## Más información y recursos sobre la COVID-19

Manténgase actualizado sobre la [situación actual de la COVID-19 en Washington](#), [las proclamaciones del gobernador Inslee](#) (en inglés), [los síntomas](#) (en inglés), [cómo se propaga](#) (en inglés) y [cómo y cuándo deben hacerse pruebas las personas](#) (en inglés). Para obtener más información, visite nuestra página de [preguntas frecuentes](#) (en inglés).

La raza, etnia o nacionalidad de una persona no implican un mayor riesgo de contraer COVID-19. Sin embargo, hay datos que revelan que las comunidades de color se ven afectadas por la COVID-19 de forma desproporcionada. Esto se debe a los efectos del racismo y, en especial, al racismo estructural, que deja a algunos grupos con menos oportunidades de protegerse a sí mismos y a sus comunidades. [Los estigmas no contribuyen a combatir la enfermedad](#) (en inglés). Comparta solo información precisa para evitar que se propaguen rumores y desinformación.

- [Departamento de Salud del Estado de WA, brote del nuevo coronavirus 2019 \(COVID-19\)](#)
- [Respuesta del estado de WA ante el coronavirus \(COVID-19\)](#)
- [Encuentre su departamento o distrito de salud local](#) (en inglés)
- [Información sobre el coronavirus \(COVID-19\) de los CDC](#)
- [Recursos para reducir los estigmas](#) (en inglés)

**¿Tiene alguna otra pregunta?** Llame a nuestra línea directa de información sobre la COVID-19: **1-800-525-0127**

Los lunes de 6 a. m. a 10 p. m. y de martes a domingo y [días festivos estatales](#) (en inglés), de 6 a. m. a 6 p. m. Para obtener servicios de interpretación, **presione #** cuando lo atiendan y **diga su idioma**. Si tiene preguntas relacionadas con su propia salud, la prueba de COVID-19 o los resultados de esta, comuníquese con su proveedor de atención médica.

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Los clientes con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 ([servicio telefónico de Washington para personas con problemas de audición y del habla](#) [en inglés]) o enviar un correo electrónico a [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).