

Empleados de establecimientos de procesamiento de carnes y aves:

Cosas que usted puede hacer en el trabajo y en la casa para la protección contra el COVID-19

Versión accesible: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/meat-poultry-processing-workers-employers.html>



Quédese en casa si está enfermo.

- En la medida de lo posible, quédese en una habitación y alejado de otras personas en su casa.
- Hable con un médico y su supervisor sobre [cuándo puede regresar al trabajo](#).

Síntomas a los cuales hay que prestar atención:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar
- Escalofríos
- Dolor muscular
- Pérdida reciente del gusto o del olfato
- Dolor de garganta



Trate de mantenerse a 6 pies de distancia de los demás en el trabajo y en público.

- Evite estar cerca de los demás en vestuarios, áreas de descanso, corredores, y a las entradas y salidas.
- Manténgase apartado de los demás cuando esté hablando.
- No comparta bebidas o alimentos con compañeros de trabajo.



Mientras esté en el lugar de trabajo y en público, use una [cubierta de tela para la cara que le cubra la nariz y la boca](#).

- Ajustese bien la cubierta, aunque de manera cómoda, contra los lados de la cara.
- Cuando se quite la cubierta, trate de no tocarse los ojos, la nariz o la boca, y luego lávese las manos de inmediato.
- Lave o reemplace la cubierta para la cara después de usarla.
- Reemplace la cubierta para la cara cuando esté mojada o sucia.
- Trate de mantenerse a 6 pies de distancia de los demás aunque esté usando una cubierta de tela para la cara.
- Siga usando el equipo de protección personal (EPP) requerido para su trabajo normal.



cdc.gov/coronavirus-es



No se toque los ojos, la nariz ni la boca:

- Con las manos sin lavar.
 - Mientras tenga los guantes puestos.
 - Mientras se ajuste o se quite la cubierta para la cara o las gafas protectoras.
-

Lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol:



- Antes y después de los turnos y descansos laborales.
 - Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
 - Después de ir al baño.
 - Antes de comer.
 - Antes y después de preparar alimentos.
 - Después de colocarse, tocar o quitarse la cubierta de tela para la cara.
-



Cúbrase la nariz y la boca al toser y estornudar

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable o la parte interna del codo.
- Bote los pañuelos desechables usados a la basura.
- Enseguida después de toser o estornudar, [lávese las manos](#) o use un desinfectante de manos.