

A: Todos los empleados de la Ciudad de Santa Cruz

SUJETO: COVID-19 recomendaciones para la ausencia por enfermedad y por exposición

FECHA: 18 de marzo de 2020

Como saben, la situación del brote del virus COVID-19 está evolucionando rápidamente, y muchos de ustedes nos han mandado preguntas sobre posibles exposiciones, enfermedades y el regreso al trabajo. Esto es para resumir la guía más reciente de nuestra oficina.

Los síntomas de COVID-19 incluyen la fiebre (temp de 100.4 o mayor) o tos o dolores/fatiga del cuerpo o dolor de garganta.

Exposición:

- El contacto con un paciente que puede ser COVID-19 positivo usando EPP (equipo de protección personal) adecuado no constituye una exposición.
- La exposición a un posible paciente con COVID-19 significa estar parado a menos de 6 pies de un paciente sospechoso o confirmado sin EPP adecuado durante más de 3-5 minutos, o entrar en contacto físico con el paciente o sus gotas de saliva.
- Después de una exposición, siga las pautas de su departamento para descontaminación y reportaje.
- No se requiere aislamiento.
- Puede seguir trabajando como normal sin cualquier precaución especial.
- Le recomendamos vigilar si tiene fiebre (temperatura de 100.4 o más) y síntomas de enfermedades respiratorias (tos, dolor de garganta, falta de aliento) durante 14 días después de la exposición, siguiendo las pautas establecidas por su empleador.
- Mientras que hay un cierto vertimiento viral que puede ocurrir antes de desarrollar síntomas, el riesgo de transmitir COVID-19 a su familia y compañeros de trabajo es muy bajo antes de desarrollar síntomas.

La enfermedad:

- Si se enferma con síntomas como fiebre, dolor de garganta, tos o dificultad para respirar, usted es contagioso y debe abandonar inmediatamente el lugar de trabajo, o abstenerse de venir a trabajar. Póngase en contacto con su supervisor inmediatamente.
- Aíslese y evite el contacto cercano con otros. Evite buscar atención médica si usted tiene una enfermedad leve o que mejora. La mayoría de los casos de COVID-19 requieren solamente cuidados de apoyo, incluyendo descanso, hidratación y control de fiebre/dolor corporal.

- En general, las pruebas con enfermedad leve no están indicadas, ya que no juegan ningún papel en el tratamiento y la recuperación. Debido a que COVID-19 ahora está establecido en nuestra comunidad, se supone que está infectado con este virus si desarrolla síntomas.
- Las pruebas se pueden ordenar en conjunto y a la discreción de los funcionarios de salud pública.
- También puede elegir ver a su proveedor médico personal para que sea evaluado para una posible prueba a través de la salud pública o un laboratorio privado. En este momento las pruebas son extremadamente limitadas y se ahorran mejor para aquellos pacientes que están en alto riesgo de complicaciones serias de esta enfermedad o aquellos que requieren hospitalización.
- En general, las pruebas muestran si tiene dificultad para respirar o condiciones médicas subyacentes que lo ponga más en riesgo de complicaciones de esta enfermedad viral.
- Busque atención médica inmediatamente si desarrolla dificultad para respirar o si tiene síntomas que empeoran.
- Para obtener más información sobre qué hacer si está enfermo, revise el documento adjunto o visite el sitio web de los Centros para la Enfermedad y el Control y la Prevención en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/sick-with-2019-nCoV-fact-sheet-sp.pdf>

Recuperación:

- Puede reanudar la actividad normal y volver al trabajo cuando esté completamente libre de síntomas durante un período de 72 horas. Esto incluye la resolución de fiebre, tos, dolor de garganta y dolores corporales.
- En este momento no hay ninguna recomendación para probar a las personas que se han recuperado completamente de su enfermedad.

Esta es una situación dinámica y seguiremos respondiendo adecuadamente según sea necesario. Estas directrices están sujetas a cambios dada nueva información de expertos en salud pública locales, estatales y nacionales, y mantendremos sus departamentos evaluados a medida que esto ocurra.