



COVID-19 LAS MEJORES PRACTICAS ES 1.0

Gracias por ayudar a crear este documento activo que nosotros mantendremos al día y lo estaremos actualizando cuando ustedes nos manden la información.

Practicas Individuales.....	1
Prácticas Operacionales (Como se Aplique a su Tipo de Operación)	2
Prácticas de: Oficina /Administración/Supervisor	3
GUIAS DE OSHA - Administración de Seguridad y Salud Ocupacional	4

Practicas Individuales

- No saludar de mano
- Lavarse las manos, o cuando no haya agua y jabón use 60% IPA de desinfectante de manos antes de marcar la entrada y la salida (punching in and out)
- Lavarse las manos y cambiar los guantes a cada cambio de lugar
 - Cuando llegue a trabajar
 - Después de ir al baño
 - Antes de comer
 - Lavarse las manos después de usar el teléfono celular y frecuentemente limpiar (wipe down) el celular
 - Cualquier otra ocasión usted lo crea conveniente.
 - Manténgase a metro y medio de distancia de otros, esto es como el largo de dos o tres brazos (6 feet)
- No tocarse la cara
- Conozca los síntomas de Covid-19 (una toz seca, fiebre, dificultad al respirar)
- Estornude dentro de su brazo, a la altura del codo
- Vaya a casa si se siente enfermo
- Ayudar a recordar entre ustedes el practicar estas acciones —si usted observa incumplimiento, diga algo positivo para recordar a sus colegas que estas prácticas pueden salvar vidas
- También los empleados deben de limpiar sus casas para asegurarse que se mantengan tan limpias como sea posible
 - Mantenga su cocina y baño muy limpios. Toda la casa limpia.
 - No visite a los amigos
 - No permita visitantes a su propiedad
- Empleados que vivan en una casa en grupo / en una comunidad en lo que sea posible tienen que mantenerse junto con su grupo / comunidad para asegurarse que no haya una posible contaminación cruzada

Prácticas Operacionales (Como se Aplique a su Tipo de Operación)

- No se debe de permitir visitantes a la granja “Farm” a menos de que sea con permiso.
- Cuando esté en el piso de operaciones mantenga mas distancia entre usted y sus compañeros de trabajo, tanto como pueda, y al mismo tiempo asegurándose de la seguridad.
- Deje de entrenar .
- Cuando estén en descanso deben de estar separados.
- Coman al aire libre, siempre y que sea posible:
 - no coman su almuerzo juntos, en lo que sea posible
 - no cosechen en el mismo cuarto juntos siempre que sea posible
 - no vaya al “food truck” con otros grupos, en lo que sea posible
- Aumente la frecuencia de limpieza de áreas comunes – como son los baños, los comedores
 - Todos los días y más frecuentemente limpie “wipe” todas las superficies en común con limpiadores
 - Asegúrese que el horario de la limpieza incluya – manijas de las puertas, los interruptores de la luz “light switches” , controles de la temperatura , equipos manuales y cualquier otra superficie que sea tocada todos los días
- Los baños se deben de limpiar de 3 a 4 veces pos día
 - Mantener suficiente papel higiénico.
 - Revisar que haya suficiente jabón y desinfectante de manos
 - Toallas para las manos.
 - Ponga AMI COVID-19 y otros CDC, etc. información para los empleados dentro de los baños y cerca de los urinales.
- Los comedores deben de limpiarse después de que cada grupo coma su almuerzo
 - Limpie las mesas y las superficies de los mostradores cada vez que un grupo use el comedor.
 - Las superficies en común deben de ser limpiadas dos veces diariamente con limpiadores de Clorox “wipes” o con productos que contengan blanqueadores
- Anime a que los descansos o los almuerzos sean al aire libre (en los carros o las sillas si el clima lo permite).
- Aumente los turnos y cambie los horarios del personal para reducir el número de personas en las instalaciones a un cierto momento.
- Pruebe usted mismo el espacio adecuado para asegurarse que una persona no toque a otra persona, al tener espacio adecuado al extender la mano en cualquier dirección y no tocarse.
- Eliminar el recolectar en trucks/camiones con doble personal.
- Aumente el número de mesas para empacar, así como otras áreas de trabajo comunes.
- Si usted puede costear:
 - Proveer termómetros

- Proveer alcohol Isopropyl en aerosol u otras botellas
- Mantenga a la mano cubre bocas— las que no previenen el contagiarse del COVID-19 pero pueden prevenir el que individuos que estén enfermos y sin saberlo lo transmitan
- SI el incumplimiento es un problema, considere el ofrecer incentivos por cumplimiento

Prácticas de: Oficina /Administración/Supervisor

- Acceso a las áreas de trabajo debe de estar limitada a aquellos con una necesidad de trabajo especifica manteniendo una distancia de metro y medio (seis pies) entre usted y los compañeros de trabajo
- Como sea posible, todas las reuniones necesarias de trabajo pueden hacerse al aire libre y observando distanciamiento social
- Limitar las reuniones en persona, llevarlas a cabo por teléfono o por medio del internet. AMI les recomienda el GoToMeeting.com ir Zoom.com
- En lo posible proporcione actualizaciones en lo referente al negocio de los hongos “mushrooms” cuál es la circulación de los hongos, como se usa el producto [de su negocio]. Esto es para asegurarse que ellos entiendan desde el punto de vista del negocio, para que los empleados puedan entender que el negocio de la cosecha (“Mushroom farming”) es crítica para nuestra economía.
- Use diariamente esta muestra para checar a los empleados :
 - ¿Se sienten bien todos? ¿Está apareciendo algún síntoma?
 - ¿Ha habido alguien enfermo en la familia del personal?
 - ¿Entiende el personal el concepto de “distanciamiento social”? Recientemente en este punto ha habido un gran tema y hay un gran problema con ese concepto.
 - Reconozca el estrés, como afecta su cuerpo, mente, respiración. El estrés puede comprometer al sistema inmune, así que REDUZCA EL ESTRES.
 - El miedo es una causa importante para desencadenar el estrés y especialmente la población inmigrante es muy vulnerable.
 - El comer bien, estirarse, hacer ejercicio, salir a tomar aire fresco. El recorrer parques, caminos, reservas locales que estén abiertas para sugerir el ir a caminar y estar al aire libre para reducir el estrés.
 - Mantenga líneas de comunicación:
 - Nuevos avances se han anunciado en la ciencia, en pruebas, tratamientos y prevención.
 - Checar con familiares/amigos a distancia, promover “face time” ayudará a tener lazos familiares, reducir el estrés, mantenerse unidos aunque sea a distancia. No tenemos que estar aislados cuando estemos separados.



GUIAS DE OSHA - Administración de Seguridad y Salud Ocupacional

Registro de los casos expuestos en el trabajo al COVID-19 (Actualizado el 19 de marzo del 20)

- OSHA requiere el mantener registro por el [29 CFR Part 1904](#) mandato cubriendo el registro de los empleadores de ciertas lesiones y enfermedades en su registro OSHA 300 .
- COVID-19 puede ser registrado como una enfermedad si el trabajador ha sido infectado como resultado de llevar a cabo sus funciones en su trabajo. Sin embargo los trabajadores son responsables de registrar los casos de COVID-19 si todo lo siguiente se cumple:
 - El caso está confirmado como un caso COVID-19 (vea la información en CDC sobre las personas bajo investigación y que se presume positivo y los casos son confirmado positivos de COVID-19 por el laboratorio)
 - El caso está relacionado al trabajo, como está definido por 29 CFR 1904.5; y
 - El caso involucra uno o más de los criterios registrados fijados por el 29 CFR 1904.7 (ejemplo tratamiento médico mas allá de de primeros auxilios, días fuera del trabajo).
- Para más información visite la página de OSHA sobre los Requerimientos para Registrar y para Reportar las Lesiones y Enfermedades.
- Para una guía adicional sobre el COVID-19 visite - <https://www.osha.gov/Publications/OSHA3990.pdf>