REVISADA EL 5/17/20

DE VUELTA AL TRABAJO

UNA GUÍA PARA LA REAPERTURA

Servicios de traducción patrocinados por
el Condado de Lane y la Ciudad de Springfield.

LANE COUNTY OREGON

SPRINGFIELD OREGON

SPRINGFIELD CHAMBER of COMMERCE

Eugene Area Chamber of Commerce

De vuelta al trabajo

Estimados líderes empresariales:

Los últimos meses demostraron la fortaleza y resiliencia de nuestra comunidad empresarial. Se hicieron sacrificios, se crearon modelos empresariales innovadores y se realizó un gran trabajo para atravesar esta crisis sin precedentes. Pusieron la salud y la seguridad de sus empleados y de su comunidad por, sobre todo, y ahora buscan volver al trabajo.

Las cámaras de comercio de Springfield y Eugene se asociaron para trabajar con nuestros líderes empresariales locales durante este proceso de reapertura. De vuelta al trabajo: una guía para la reapertura es un recurso a través del cual se le permitirá explorar las normas de su estado para reabrir su negocio priorizando la seguridad de sus empleados y clientes. Este marco es un documento en evolución constante y se actualizará de manera continua a medida que el estado de Oregón nos oriente sobre las normativas de reapertura específicas para las industrias y sobre los cambios regulatorios que se produzcan a medida que avanzamos con la estrategia de reapertura de tres fases del gobernador.

Usted cumple una función esencial en nuestra economía local y le agradecemos por su valentía y perseverancia a medida que avanzamos hacia la primera etapa de recuperación económica. Si tiene preguntas sobre esta guía o cualquiera de los recursos incluidos en ella, le recomendamos comunicarse con su cámara local. Si tiene alguna duda, estamos aquí para proporcionarle información, apoyo y ánimos para mantener a su empresa en buen funcionamiento. ¡Juntos podemos enfrentar los desafíos más difíciles!

Gracias,

Brittany Quick-Warner,
presidente y directora ejecutiva

Cámara de comercio de la región de Eugene

Vonnie Mikkelsen,
presidente y directora ejecutiva

Cámara de comercio de la región de Springfield

De vuelta al trabajo

Revisada el 5/17/2020

PUBLICADA EL 5/13/2020

- Para obtener la información más reciente, visite la página Web de la gobernadora Brown.

Descargo de responsabilidad

- Recuerde que es posible que la información contenida en este documento, ya sea en parte o en su totalidad, no se aplique a algunas empresas o lugares de trabajo, y es posible que este documento no contenga toda la información necesaria para empresas o lugares de trabajo determinados. En este documento no se pretende abordar ningún requisito de salud, seguridad o del lugar de trabajo vigentes antes del brote de la COVID-19. A medida que las circunstancias de la COVID continúan evolucionando, también lo harán las recomendaciones y los requisitos de salud pública y seguridad. Por lo tanto, es posible que en este documento no se incluyan la totalidad de las recomendaciones y los requisitos gubernamentales o de los expertos en salud. Le recomendamos firmemente que, antes de implementar cualquiera de las prácticas o de los procedimientos descritos en este documento, los evalúe cuidadosamente y que consulte a sus abogados y demás asesores sobre la legalidad, la vigencia y la eficacia potencial de esta información para su lugar de trabajo y para determinar si otras recomendaciones o requisitos pueden aplicar a su empresa.

Qué incluye

Guía para lo siguiente:

Condado de Lane ..... Pág. 7

- PROCESO DE SOLICITUD Y FASES DE LA REAPERTURA

Todos los empleadores ..... Pág. 8

- QUÉ HACER
- MEJORES PRÁCTICAS
- PREPARACIÓN DEL ESPACIO FÍSICO
- PREPARACIÓN DE LOS EMPLEADOS
- REDUCCIÓN DEL PERSONAL Y DESPIDOS

Establecimientos de venta al por menor ... Pág. 11

- QUÉ HACER
- MEJORES PRÁCTICAS
- REQUISITOS PARA CENTROS COMERCIALES Y TIENDAS DE VENTA AL POR MENOR

Restaurantes y bares ..... Pág. 14

- DISTANCIAMIENTO Y OCUPACIÓN
- EMPLEADOS
- OPERACIONES
- MEJORES PRÁCTICAS
- OPERACIONES DE LAS TERMINALES DE LOTERÍA POR VIDEO (VLT)

Recreación al aire libre ..... Pág. 17

- QUÉ HACER
- MEJORES PRÁCTICAS

Qué incluye

Guía para lo siguiente:

Servicios personales ..... Pág. 19

- REVISIÓN DE CLIENTES
- OPERACIONES
- MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSONAL
- LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN
- MEJORES PRÁCTICAS

Hospitalidad ..... Pág. 24

- LA SALUD DE LOS HUÉSPEDES Y LOS EMPLEADOS
- PRODUCTOS DE LIMPIEZA Y PROTOCOLOS

Cuidado infantil ..... Pág. 26

- QUÉ HACER
- TAMAÑO DEL GRUPO Y PROPORCIONES
- REQUISITOS PARA LOS GRUPOS
- OPERACIONES

Gimnasios y centros deportivos ..... Pág. 29

- DISTANCIAMIENTO Y OCUPACIÓN
- OPERACIONES
- LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN
- MEJORES PRÁCTICAS

Público en general ..... Pág. 33

- QUÉ HACER

Qué incluye

Guía para lo siguiente:

Apéndice ..... **Pág. 34**

- CONOZCA LA HOJA DE INFORMACIÓN DE SÍNTOMAS
- HOJA DE INFORMACIÓN SOBRE PROTECCIÓN PERSONAL
- HOJA DE INFORMACIÓN DE DISTANCIAMIENTO FÍSICO
- MÁS INFORMACIÓN ACERCA DE LAS PRUEBAS
- LETRERO DE LAVADO DE MANOS ADECUADO
- LETRERO DE DISTANCIAMIENTO FÍSICO
- LETRERO DE SÍNTOMAS DE LA COVID-19
- FORMULARIO DE INTERÉS DE RASTREO DE CONTACTOS

Fuentes ..... **Pág. 45**

Condado de Lane

¿A quién se dirigen estas guías?

Pautas de Oregón para la reapertura por fases y el proceso de solicitud

Proceso de solicitud y fases de la reapertura

- El jueves 7 de mayo, la gobernadora Brown publicó los requisitos de la fase 1 para iniciar la reapertura de Oregón que comenzará el 15 de mayo. Los negocios no se podrán reabrir automáticamente en esa fecha, pero deberían comenzar a prepararse en función de las pautas que se incluyen en este documento.
- Hasta el miércoles 13 de mayo, 33 condados de Oregón presentaron la solicitud y se están analizando para permitir la reapertura de determinadas empresas con restricciones. Para calificar, los condados y las regiones sanitarias deberán probar que cumplen con los requisitos en las siguientes áreas:
  - Disminución en la prevalencia de la COVID-19
  - Régimen mínimo de pruebas
  - Sistema de seguimiento de contactos
  - Instalaciones de aislamiento/cuarentena
  - Pautas estatales de la industria finalizadas
  - Capacidad suficiente de atención médica
  - Suministro suficiente de equipos de protección personal (EEP)
- Una vez que el condado recibe la autorización e inicia la fase (1), tomará, al menos, (21) días hasta que se autorice al condado a iniciar la fase (2), en la cual nos mantendremos de manera indefinida hasta que haya una vacuna disponible.
- Se incluyen todas las guías publicadas para Oregón. Existen más guías que se encuentran en desarrollo, las que se incluirán en la próxima versión de este documento. Nos comprometemos a actualizar este documento cuando haya nueva información disponible. Continúe leyendo para obtener información sobre los requisitos específicos para el:
  - Tránsito

Estado de la solicitud del condado de Oregón (enlace externo)

Recursos

- RECURSOS SOBRE LA COVID19 DEL CONDADO DE LANE
- SITIO WEB SOBRE EL CORONAVIRUS DE LA CIUDAD DE EUGENE

Todos los empleadores

¿A quién se dirigen estas guías?

Guía para TODOS los empleadores del condado de Oregón para prevenir la propagación de la COVID-19

Qué hacer

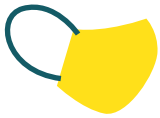
Consideraciones generales para su lugar de trabajo

- Cumpla con todos los decretos ejecutivos vigentes emitidos por la gobernadora.
- Conozca los signos y síntomas de la COVID-19 y sepa qué hacer si los empleados desarrollan síntomas en el lugar de trabajo.
- Entienda cómo se contagia la COVID-19 de persona a persona, es decir, por la tos, los estornudos, la conversación, el tacto o mediante objetos que una persona infectada por el virus haya tocado.
- Priorice la salud y la seguridad mediante la adopción de medidas de seguridad para proteger a los empleados y al público.
- Determine qué medidas de seguridad se recomiendan o exigen según las pautas federales y estatales, incluidas las guías específicas para la industria.

- Reduzca el contacto físico estrecho que no sea necesario (una distancia física menor de seis (6) pies entre las personas).
- Identifique las posiciones adecuadas para el teletrabajo completo o parcial, teniendo en cuenta también el teletrabajo para los empleados que tengan un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por la COVID-19 debido a afecciones médicas subyacentes identificadas por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC).

- Intercale o rote los horarios o turnos de trabajo en los sitios de trabajo para garantizar que los empleados puedan mantener un distanciamiento físico apropiado.
- Considere modificar los horarios de trabajo y el transporte de los empleados.
- Limite los viajes por trabajo no esencial.
- Tenga en cuenta los requisitos de licencias protegidas y planifique los ajustes en la fuerza de trabajo con anticipación.

Preparación del espacio físico



- Implemente medidas de seguridad para el lugar de trabajo cuando sea posible o necesario.
- Adopte medidas de distanciamiento físico acordes a los decretos ejecutivos de la gobernadora y las guías estatales.

Preparación del espacio físico

// continuación de la página 8

- Aumente el espacio físico entre los empleados. Esto puede incluir modificaciones como colocar marcas en el suelo para demostrar la distancia correcta o instalar paneles, mesas u otras barreras de plexiglás para bloquear las partículas aéreas y mantener las distancias.
- Revise y cumpla con todas las guías específicas para la industria emitidas por el estado que recomiendan o exigen la adopción de medidas de distanciamiento físico específicas.

- Restrinja el uso de elementos o equipos compartidos y exija la desinfección de los equipos entre usos.
- Haga hincapié en que la higiene de manos meticulosa (lavado de manos frecuente y correcto) es muy importante para todos los empleados. Garantice el suministro de jabón y agua o desinfectante de manos a base de alcohol (al 60-95 %) en el lugar de trabajo. Evalúe colocar instalaciones de lavado de manos y desinfectantes de manos adicionales para los empleados (y los clientes, de ser necesario) en el lugar de trabajo y en sus alrededores.

- Desinfecte regularmente las superficies de contacto frecuente (estaciones de trabajo, teclados, teléfonos, pasamanos, picaportes, etc.) y las áreas de tráfico elevado y realice otras tareas de limpieza ambiental.
- Considere mejorar las instalaciones para reducir la exposición al coronavirus, por ejemplo, coloque grifos y secadores de mano sin contacto, aumente la ventilación con aire fresco y la filtración o la desinfección del aire de recirculación, etc.
- Evalúe implementar métodos de pago sin contacto cuando sea posible y de ser necesario.

Preparación de los empleados

- Los empleadores pueden incentivar o exigir el uso por parte de los empleados de barbijos de tela o descartables, según lo establecido en las guías específicas para la industria. Si los empleadores exigen el uso de barbijos de tela, deberán proporcionarlas a los empleados.
- Restrinja las reuniones no esenciales y realice las reuniones de manera virtual tanto como sea posible.
- Limite la cantidad de empleados en los espacios compartidos.
- Considere realizar revisiones médicas regulares (p. ej., chequeo de la temperatura y de síntomas respiratorios) si se relacionan con el trabajo y son consistentes con las necesidades de la empresa.

- Capacite a todos los empleados sobre los requisitos de seguridad y las expectativas en los lugares de trabajo.
- Conozca las leyes de licencias protegidas y licencias remuneradas federales y estatales (si corresponde) y los requisitos para la cobertura de los seguros médicos.
- Recomiende a los empleados que se queden en sus hogares y que notifiquen a su empleador si se enferman.
- Generalmente, la documentación de los proveedores de atención médica no es obligatoria para cumplir con los requisitos según las leyes de licencia estatales y federales debido a las circunstancias relacionadas con la COVID-19 o para regresar al trabajo.

Preparación de los empleados

// continuación de la página 9

- Determine si su empresa puede extender las licencias remuneradas o no remuneradas y, de ser posible, adopte una política de vacaciones flexibles para tener en cuenta las circunstancias en las que las leyes federales y estatales no garantizan licencias protegidas o remuneradas.
- Desarrolle un plan de acción que cumpla con las guías estatales y federales si un empleado desarrolla síntomas en el lugar de trabajo, resulta positivo para la COVID-19 o si una autoridad de salud pública determina, de manera preventiva, que resulta positivo para la COVID-19.

Reducción del personal y despidos

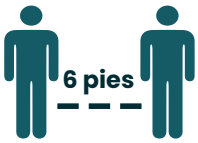
- Si se deben tomar medidas de reducción de personal u otras medidas de ajuste de la fuerza de trabajo, se deberán cumplir los requisitos federales y estatales para la notificación de los despidos y el reintegro de los trabajadores afectados.
- Determine la posibilidad de implementar alternativas a los despidos, como los permisos laborales o los horarios reducidos.
- Proporcione a los empleados los recursos pertinentes, por ejemplo, para solicitar beneficios por desempleo y servicios comunitarios.
- Cree un plan para reintegrar a los empleados a sus puestos de trabajo.

Establecimientos de venta al por menor

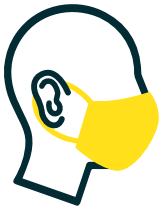
¿A quién se dirigen estas guías?

Todos los establecimientos de venta al por menor con un comercio que permite el ingreso de clientes.

Qué hacer (Requisitos para los establecimientos de venta al por menor)



- La administración de la tienda deberá determinar la capacidad máxima para mantener al menos seis (6) pies de distanciamiento físico entre las personas.
- Limite la cantidad de clientes dentro de la tienda y enfóquese en mantener al menos seis (6) pies de distancia entre las personas y los empleados en la tienda, teniendo en cuenta las áreas de la tienda en las que se suelen amontonar las personas (como los pasillos) y limite el ingreso de manera acorde.
- Coloque letreros claros (disponibles en healthoregon.org/coronavirus) donde se enumeren los síntomas de la COVID-19, en los que se inste a los empleados con síntomas a permanecer en sus hogares y en los que se indique a quién contactar en caso de necesitar asistencia.



- Use letreros para fomentar el distanciamiento físico.
- Limpie y desinfecte con frecuencia las áreas de trabajo, las áreas de circulación intensiva y las superficies de contacto frecuente tanto en las áreas públicas/de los clientes y de los empleados en la tienda. Limpie los picaportes, los muros y las sillas de los vestuarios luego de cada uso.
- Exija que todos los empleados usen barbijos de tela, de papel o desechables. Los negocios deben proporcionar barbijos de tela, de papel o desechables para los empleados.

Buenas prácticas (no son obligatorias)

- Recomiende encarecidamente a los clientes usar barbijos de tela, de papel o desechables. Si un negocio establece una política según la cual los clientes deben usar barbijos de tela, de papel o desechables, la gerencia deberá consultar a su asesor legal a fin de corroborar si se puede imponer tal requisito.

- Considere colocar barreras de plástico o vidrio transparentes frente a los mostradores de los cajeros o de servicio al cliente o en otros lugares donde resulte más difícil mantener seis (6) pies de distancia física entre los empleados y los clientes.
- Fomente el flujo unidireccional con entradas y salidas marcadas, pero no bloquee las salidas de emergencia. Use letreros para dirigir el flujo de tráfico unidireccional.

Buenas prácticas (no son obligatorias)

// continuación de la página 11

- Use letreros para dirigir el flujo de tráfico unidireccional.
- Use letreros y cinta adhesiva en el suelo para mantener el distanciamiento físico mientras los clientes esperan a ser atendidos por los cajeros.
- Prohíba a los clientes probarse elementos que se utilizan en el rostro (mascarillas de tela, bufandas, cintas para el pelo, gafas).

- Decida si debe reabrir los probadores. Si se reabren los probadores, los clientes deberán lavarse las manos o utilizar desinfectante de manos antes y después de probarse las prendas.
- Para procesar las devoluciones, los empleados deberán lavarse las manos o utilizar desinfectante de manos antes y después de manipular los elementos. El negocio podrá separar elementos por un día o más si existe un riesgo real o percibido de exposición.
- Considere ofrecer opciones de pedido por adelantado y recolección, como la recolección en la acera, cuando proceda y sea aplicable.

Requisitos para centros comerciales y tiendas de venta al por menor

- Las tiendas de venta al por menor se vieron obligadas a cerrar luego del decreto ejecutivo 20-12. Las tiendas de muebles, joyería y boutiques pueden funcionar a nivel estatal conforme a las nuevas pautas para tiendas de venta al por menor vigentes desde el 15 de mayo. Se emitirá un decreto ejecutivo en el futuro para aclarar la capacidad de funcionar bajo las condiciones de base (anteriores a la fase 1). Estas entidades, junto con todas las otras tiendas de venta al por menor, deberán cumplir con estas pautas desde el 15 de mayo.

- Las tiendas de venta al por menor incluidas en el decreto ejecutivo EO 20-12 (tiendas de comestibles, atención médica, medicina o farmacias) ya no podrán funcionar de manera diferente a cualquier otra tienda y deberán cumplir con las nuevas normativas para tiendas de venta al por menor. Las normativas para las tiendas de venta al por menor entrarán en vigor el 15 de mayo. Se recomienda que las tiendas de venta al por menor (incluidas las tiendas de comestibles, atención médica, medicina o farmacias) que no cumplan actualmente con las disposiciones de la nueva normativa lo hagan a partir del 15 de mayo, ya que serán obligatorias a partir del 22 de mayo.
- La guía para centros comerciales será independiente de la guía general para las tiendas de venta al por menor y formará parte de las operaciones de la fase 1.

- Mantenga las áreas comunes, como las áreas de comidas y las zonas de descanso, configuradas para permitir una distancia de seis (6) pies, como mínimo, entre los grupos (sillas, bancos y mesas).
- Determine la capacidad máxima dentro del centro comercial para mantener un distanciamiento físico mínimo de, al menos, seis (6) pies y limitar el ingreso de manera acorde.
- Coloque letreros en las entradas, las salidas y las áreas comunes (zonas de descanso, áreas de comidas, etc.) para evitar que se congreguen grupos de personas y para recordar a los clientes y a los empleados que deben mantener un distanciamiento físico de seis (6) pies entre las personas o los grupos de personas mientras esperan.

Buenas prácticas (no son obligatorias)

// continuación de la página 12

- Indique entradas y salidas específicas en el centro comercial para restringir el flujo de tráfico y fomentar el distanciamiento físico entre los clientes. Para las entradas de una sola puerta o de un solo par de puertas, evalúe la posibilidad de señalarlas como entrada o salida únicamente, si existe otra entrada o salida y si es factible la circulación en un solo sentido en esa área. No bloquee las salidas de emergencia.

Restaurantes y bares

¿A quién se dirigen estas guías?

Guías específicas para restaurantes, bares, cervecerías, pubs cerveceros, vinerías, salas de degustación y destilerías.

Distanciamiento y ocupación

- Establezca la capacidad máxima del local de modo que se mantengan los requisitos de distanciamiento físico y, por consiguiente, se limite la cantidad de clientes que ingresan.
- Asegúrese de que haya una separación de seis (6) pies, como mínimo, entre las mesas, de modo que también se mantenga una distancia de seis (6) pies, como mínimo, entre las personas, incluso cuando llegan a la mesa o se van.
- Los negocios deberán establecer la disposición de los sitios para sentarse con el fin de cumplir con los requisitos de distanciamiento físico.
- Elimine los sitios para sentarse o limítelos a fin de facilitar el requisito de seis (6) pies de distancia, como mínimo, entre las personas que no son del mismo grupo.

- Si los sitios para sentarse en cubículos se encuentran unidos espalda con espalda, deje un cubículo libre en medio.
- Establezca un límite de 10 personas o menos por grupo. No disponga que varios grupos o clientes que no decidieron unirse se sienten en sitios compartidos. Las personas en el mismo grupo, que están en la misma mesa, no deben cumplir con los seis (6) pies de separación.
- Si los negocios no logran cumplir con los seis (6) pies de distancia, excepto para las interacciones breves (por ejemplo, para entregar la comida en la mesa), solamente podrán funcionar como servicio de recolección o de comida para llevar. Esto aplica a los sitios para sentarse, tanto exteriores como interiores.

Empleados

- Minimice el contacto directo de las manos con los alimentos mediante el uso de utensilios por parte de los empleados.
- Haga hincapié en que la higiene de manos meticulosa (lavado de manos frecuente y correcto) es muy importante para todos los empleados, incluidos los chefs, cocineros generales y personal de servicio.
- Indique a los empleados que deben usar guantes para realizar tareas de limpieza, higienización y desinfección. Tenga en cuenta que no es necesario que los empleados de instalaciones que no cuentan con el permiso del Departamento de Agricultura de Oregón (Oregon Department of Agriculture, ODA) usen guantes para realizar actividades que no sean de limpieza. El uso de guantes para realizar actividades que involucran la manipulación de alimentos puede favorecer la contaminación cruzada. Si los negocios optan por exigir que sus empleados usen guantes, deben proporcionar guantes que no sean de látex y los empleados deben evitar la contaminación cruzada desechando los guantes luego de tocarse la cara o cambiar de tarea (p. ej., preparación de comida frente a sacar la basura).

Empleados

// continuación de la página 14

- Exija que todos los empleados usen barbijos de tela, de papel o desechables. Los negocios deben proporcionar mascarillas de tela, papel o desechables para los empleados.
- Requisitos adicionales para las instalaciones con permisos del ODA:
- según los requisitos de los permisos, no se permite el contacto directo de las manos con los alimentos.

Operaciones

- El consumo de alimentos y bebida, incluidas las bebidas alcohólicas, en las instalaciones debe concluir, como máximo, a las 10 p. m.
- No permita el funcionamiento del autoservicio para los clientes, por ejemplo, el acceso a los bufés, las barras de ensalada, las máquinas de gaseosa y las estaciones de rellenado de growlers.

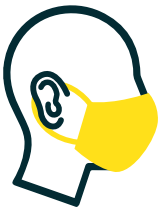
- Desinfecte las superficies de las mesas que estuvieron en contacto con los clientes entre cada cliente o grupo de clientes, incluidos los asientos, las mesas, las cartas, los envases de condimentos y los demás puntos de contacto.
- Ofrezca los condimentos, como la sal y la pimienta, el kétchup, la salsa picante y el azúcar en paquetes individuales o en un recipiente único con una porción individual. Si eso no fuera posible, los envases de condimentos no deben estar en la mesa todo el tiempo y deben desinfectarse entre clientes o grupos de clientes.
- No prepare las mesas con anticipación (servilletas, utensilios, cristalería).

- No permita que los clientes se sienten en la barra o el mostrador, a menos que dicha barra o mostrador miren hacia una ventana o pared y que se mantenga una distancia de seis (6) pies entre los grupos de clientes. Esto aplica a todos los negocios, incluidos los bares, las cervecerías y las salas de degustación. Se permiten los pedidos desde la barra o el mostrador si se verifica que este método disminuye la exposición de los trabajadores. El método de pedidos desde el mostrador implica que los alimentos y bebidas se deben llevar a una mesa que cumpla con los requisitos de distanciamiento para su consumo y que se mantenga una distancia de seis (6) pies, como mínimo, entre los clientes y los empleados durante el proceso de pedido.

- Asegúrese de que los clientes y los grupos de clientes se encuentren a seis (6) pies de distancia, como mínimo, cuando realizan el pedido. Se deben colocar letreros, en la medida en que sea necesario, para garantizar que los clientes cumplan con los requisitos de esta guía.
- Se deben colocar marcas en el piso en los lugares donde los clientes hacen fila.
- Desinfecte con frecuencia las áreas comunes y los puntos de contacto, incluidos los dispositivos de pago.
- Use cartas desechables, que se puedan limpiar entre clientes (plastificadas), en línea o
- exhibidas en un pizarrón, o un método similar, para evitar múltiples puntos de contacto.
- No permita el uso de máquinas de karaoke, mesas de pool y pistas de bolos.
- Para las rocolas y máquinas de arcade que funcionan con monedas, se deben seguir los mismos protocolos que para las terminales de lotería por video que se detallan a continuación.

Buenas prácticas (no son obligatorias)

- Nombre un recepcionista designado o anfitrión que maneje el flujo de clientes y controle el distanciamiento mientras los clientes esperan en fila, hacen el pedido y durante la entrada y la salida del local. No bloquee las salidas de emergencia.
- Limite la cantidad de personal que asiste a cada grupo. Evalúe la posibilidad de asignar el mismo empleado a cada grupo para que le brinde la experiencia completa (servicio, limpieza de la mesa y pago). Se podrá asignar un empleado a varios grupos de clientes, pero este deberá lavarse las manos minuciosamente o usar desinfectante de manos (con un 60 a 95 % de alcohol) antes de dirigirse a uno o a otro grupo.
- Designe empleados que tengan la función de controlar el acceso de los clientes a las áreas comunes, como los baños, para evitar las concentraciones de personas.



- Recomiende encarecidamente a los clientes a usar barbijos de tela, de papel o desechables. No es necesario que los clientes usen barbijos mientras están sentados en la mesa. Si un negocio establece una política según la cual los clientes deben usar barbijos de tela, de papel o desechables, la gerencia deberá consultar a su asesor legal a fin de corroborar si se puede imponer dicho requisito.
- Fomente la realización de reservas o recomiende a los clientes llamar con antelación para confirmar la capacidad del local. Evalúe la viabilidad de un sistema telefónico de reservas que permita a los clientes hacer fila o esperar dentro de los automóviles e ingresar únicamente cuando se les informa que su mesa está lista a través de un llamado telefónico, un mensaje de texto o un dispositivo con vibración provisto por el restaurante.

- Considere colocar instalaciones para el lavado de manos dentro del negocio y a sus alrededores para uso de los clientes. El desinfectante de manos es eficaz cuando se aplica sobre manos limpias. Los negocios podrán poner desinfectantes de manos (con un 60 a 95 % de alcohol) a disposición de los clientes. El desinfectante de manos no debe reemplazar el lavado de manos por parte de los empleados.
- Coloque letreros claros (disponibles en healthoregon.org/coronavirus) donde se enumeren los síntomas de la COVID-19, en los que se inste a los empleados con síntomas a permanecer en sus hogares y en los que se indique a quién contactar en caso de necesitar asistencia.

Operaciones de las terminales de lotería por video (VLT)

- Si tiene espacio suficiente, las terminales de lotería por video (video lottery terminal, VLT) se deben colocar con seis (6) pies de separación, como mínimo, entre sí. Si no es posible ubicar las VLT con una separación de seis (6) pies, la Lotería de Oregón podrá apagar las VLT a fin de procurar la distancia física necesaria entre las máquinas en funcionamiento y los jugadores.
- Exija a las personas que soliciten a los empleados que les brinden acceso a las VLT antes de jugar. El empleado deberá limpiar y desinfectar las máquinas antes de permitir el juego. Los negocios no pueden permitir el acceso a las VLT o cambiar las VLT sin antes solicitar acceso a un empleado.
- Trate a los jugadores de máquinas de VLT como si fueran clientes sentados en una mesa en un restaurante.
- Restrinja a uno la cantidad de jugadores por VLT.
- Nota: La Lotería de Oregón no encenderá las VLT hasta que compruebe que se cumplen todas las condiciones.

Recursos

▶ OREGONRLA.ORG ▶ FDA.GOV ▶ CDC.GOV

Recreación al aire libre

¿A quién se dirigen estas guías?

Guía específica para organizaciones de recreación al aire libre.

Qué hacer

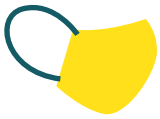
- Antes de volver a abrir luego del cierre extendido, asegúrese de que todos los parques y las instalaciones estén listos para funcionar y que todos los equipos se encuentren en buenas condiciones, conforme a los manuales y los procedimientos de operación estándar sobre mantenimiento y funcionamiento.
- No permita que los grupos (grupos de hasta 10 personas que llegaron al lugar juntas) se concentren en las playas de estacionamiento por períodos mayores al tiempo razonable para recoger o devolver el equipamiento y entrar y salir de sus vehículos.

- Haga hincapié en la importancia de mantener una distancia mínima de seis (6) pies entre los grupos (grupos de hasta 10 personas que llegaron al lugar juntas) en las rutas de senderismo, las playas y las rampas para botes mediante la colocación de letreros y la concientización.
- Mantenga cerradas las áreas de uso de día que atraen a las multitudes (por ejemplo, las plazas, los refugios o las estructuras para hacer pícnic, los parques acuáticos y las piscinas, las canchas para hacer deportes de contacto, como el básquetbol) y las áreas de uso por la noche.
- Prohíba la práctica de deportes de contacto.

- Limpie minuciosamente los baños al menos dos veces al día, en la medida en que sea posible, y garantice la disponibilidad de suministros sanitarios apropiados (jabón, papel higiénico, desinfectante de manos) durante todo el día. Los baños que no se pueden limpiar dos veces al día deben permanecer cerrados o se debe colocar un letrero que indique que no es posible limpiar dicho baño dos veces al día.
- Limpie y desinfecte asiduamente las áreas de trabajo, de circulación intensiva y las superficies de contacto frecuente en las áreas públicas y no públicas en los parques y las demás instalaciones.
- Coloque letreros claros (disponibles en healthoregon.org/coronavirus) en los que se enumeren los síntomas de la COVID-19, en los que se inste a los empleados, voluntarios y visitantes con síntomas a permanecer en sus hogares y en los que se indique a quién contactar en caso de necesitar asistencia.
- Mantenga las áreas comunes, como las mesas de pícnic que no se encuentran dentro de los refugios o de otras estructuras, los refugios de uso diurno y los edificios, abiertas al público y con una disposición que deje una distancia de seis (6) pies, como mínimo, entre los grupos (sillas, bancos y mesas).

Buenas prácticas (no son obligatorias)

- Evalúe el cierre de plazas de estacionamiento alternadas para facilitar el distanciamiento de seis (6) pies, como mínimo, entre los grupos.
- Evalúe la apertura de senderos circulares, con un único sentido de circulación, a fin de minimizar el contacto cercano entre los senderistas. Marque caminos con un solo sentido de circulación hasta las atracciones, si es posible.



- Recomiende a los empleados, los voluntarios y los visitantes el uso de barbijos de tela, de papel o desechables cuando se encuentren cerca de otras personas.
- Invite al público a visitar los parques y las áreas recreativas durante las horas de menor demanda, según las defina y dé a conocer la administración del parque o el área recreativa.

- Invite al público a visitar los parques y las áreas recreativas que están cerca de su hogar, a evitar las salidas nocturnas y minimizar los traslados fuera de su área de recreación cercana. Indíquele al público que tenga especial cuidado y que no se traslade fuera del área de su hogar si vive en una zona en la que se informaron numerosos casos de COVID-19, a fin de evitar que las personas con un diagnóstico de COVID-19 positivo pero que son asintomáticas lleven el virus, involuntariamente, a un área en la que hay menos casos.

- La apertura de las zonas de acampada privadas, municipales, del condado o federales estará sujeta al cumplimiento y al mantenimiento de los requisitos de distanciamiento físico.
- La apertura de las pistas de patinaje estará sujeta al cumplimiento y al mantenimiento de los requisitos de distanciamiento físico.
- Invite a los visitantes a llevar sus alimentos, botellas de agua y artículos de higiene (incluido el desinfectante de manos) propios y a llevarse la basura cuando abandonen el lugar.

- Aliente al público a compartir los momentos de esparcimiento con las personas que viven en su mismo hogar, en lugar de hacerlo con aquellas que integran su círculo social ampliado.
- Encomiende a los miembros del personal el control de los requisitos de distanciamiento físico, de la cantidad de personas (grupos de hasta 10 personas) y concientice a los visitantes y aliéntelos a apoyar el cumplimiento de los requisitos.
- Coloque estaciones de lavado de manos o desinfectante de manos en las áreas comunes, como las áreas de pícnic, los refugios de uso de día y los edificios abiertos al público.
- Evalúe la posibilidad de colocar barreras de plástico o de vidrio transparentes frente a los mostradores de recepción o las cajas, o en otros lugares donde sea más difícil mantener seis (6) pies de distancia física entre los empleados, los voluntarios y los visitantes.

Recursos

▶ **GUÍA DE LOS CDC PARA LOS PARQUES Y LAS INSTALACIONES RECREATIVAS**

Servicios personales

¿A quién se dirigen estas guías?

Prestadores de Servicios personales, tales como salones de belleza, de tatuajes, de terapia de masajes, etc.

Revisión de clientes

- Póngase en contacto con los clientes antes de su turno y pregúnteles lo siguiente:
  - ¿Tiene o tuvo tos?
  - ¿Tiene o tuvo fiebre?
  - ¿Experimenta o experimentó alguna dificultad para respirar?
  - ¿Tuvo contacto estrecho con alguna persona que tuviera estos síntomas o a quién le hayan diagnosticado COVID-19 en los últimos 14 días?

- Si el cliente responde "sí" a cualquiera de las preguntas de detección, reprograme su turno hasta que todos los síntomas, incluida la fiebre, se hayan calmado por un lapso mínimo de 72 horas sin medicación o de 14 días después del contacto con una persona con tos, fiebre o con diagnóstico de COVID-19.
- Revise la información acerca del modo en que la COVID-19 se contagia de persona a persona, es decir, por la tos, los estornudos, el tacto o mediante objetos que una persona infectada por el virus haya tocado.

- Registre la información de contacto del cliente, la fecha y la hora del turno y el prestador de cada cliente. Si hay algún caso positivo de COVID-19 asociado con el negocio, es posible que los funcionarios de la salud pública necesiten que el negocio brinde esta información para una investigación de rastreo de contactos. A menos que se requiera lo contrario, esta información se puede destruir 60 días después de la fecha del turno.

Operaciones

- Envíe inmediatamente de vuelta a su hogar a todo empleado que tenga síntomas de la COVID-19 (tos, fiebre, dificultad para respirar, etc.) y no le permita regresar al trabajo hasta que hayan pasado 72 horas sin fiebre y que los demás síntomas se hayan calmado sin medicación.
- Determine la capacidad máxima del negocio que permita mantener un distanciamiento físico de seis (6) pies entre los clientes, y limite el acceso en consecuencia.

Operaciones

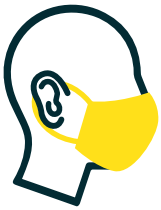
// continuación de la página 19

- Limite la cantidad total de proveedores y clientes que están en el negocio (incluidas las áreas de espera) al mismo tiempo y asegúrese de que se mantenga una distancia física de seis (6) pies entre las personas dentro de las instalaciones, excepto cuando sea necesario brindar servicios tales como masajes, corte de pelo, etc.
- Indíqueles a los clientes que deben esperar en el automóvil o fuera de las instalaciones hasta que el proveedor los contacte cuando esté listo para el turno.
- Limite las visitas solamente a los turnos programados. Ofrezca la recolección en la acera programada para los productos adquiridos fuera del turno programado para el servicio.
- Designe un proveedor por cliente durante todo el encuentro.

- Asegúrese de que se mantenga una distancia física de seis (6) pies entre los proveedores y los clientes. En caso de que sea necesario, use una cantidad limitada de estaciones e intercale los turnos para cumplir con los requisitos de distanciamiento físico. Se debe mantener una distancia de seis (6) pies entre el proveedor y el cliente, a menos que el servicio que se brinda requiera que el proveedor se encuentre más cerca del cliente.
- Coloque letreros claros en los que se enumeren los síntomas de la COVID-19, en los que se inste a los empleados y a los clientes con síntomas a permanecer en sus hogares y en los que se indique a quién contactar en caso de necesitar asistencia.
- Quite todos los elementos que no sean necesarios, como revistas, diarios, menús y otros artículos innecesarios, por ejemplo, productos de papel, refrigerios y bebidas.

- Ofrezca a todos los empleados capacitaciones y materiales informativos (disponibles en healthoregon.org/coronavirus) y refuerce las practicas sobre la correcta higienización, la limpieza de manos, los protocolos para toser y estornudar, junto con el uso de equipos de protección y el cumplimiento de las medidas.
- Asegúrese de que los espacios de descanso se hayan limpiado y desinfectado cuidadosamente y que los empleados no se concentren en estos.
- Limpie minuciosamente los baños al menos una vez al día, y garantice los suministros sanitarios adecuados (jabón, papel higiénico y desinfectante para manos) durante todo el día.

Medidas de protección personal



- Provea y use barbijos de tela, de papel o desechables cuando preste servicios al cliente de manera directa.
- Ofrezca a cada cliente una capa limpia para que la utilice durante el servicio, si corresponde. Los negocios deben considerar utilizar las capas desechables una sola vez.
- Utilice una bata limpia con cada cliente. Los negocios deben considerar utilizar las batas desechables una única vez.
- Lávese las manos con jabón y agua tibia durante al menos 20 segundos después de atender a cada cliente.

Medidas de protección personal

// continuación de la página 20

- Solicite a los clientes que, antes de recibir el servicio, se laven las manos con jabón y agua tibia durante al menos 20 segundos.
- Lávese las manos después de usar el teléfono, la computadora, la caja registradora o el dispositivo para pagos con tarjeta, y limpie estas superficies después de cada uso.
- Asegúrese de que todos los lavabos tengan jabón y toallitas de papel.
- Publique letreros sobre el lavado de manos en los baños.

Limpieza y desinfección

- Después de un periodo de cierre prolongado, limpie y desinfecte minuciosamente todos los espacios de trabajo antes de la reapertura. Desinfecte todas las superficies, herramientas y sábanas, incluso aunque se hayan limpiado antes del cierre.
- Utilice desinfectantes que estén registrados en la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) y etiquetados como bactericidas, viricidas y fungicidas. La Agencia de Protección Ambiental tiene una lista de productos desinfectantes que reúnen los criterios de la EPA para el uso contra el virus que causa la COVID-19. En caso de dudas sobre la efectividad del producto, consulte el sitio web de la EPA.

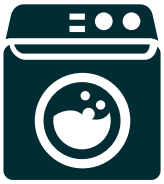
- Mezcle y cambie a diario el desinfectante para la inmersión de herramientas y sustitúyalo a la brevedad si se contamina durante el curso del día laboral. Los desinfectantes solo tienen efecto en una superficie limpia. Por lo tanto, antes de desinfectar, limpie todas las superficies y herramientas con agua caliente y jabón, con otros productos de limpieza apropiados o con paños de limpieza (en caso de utilizar paños, asegúrese de cubrir bien la superficie).
- Consulte la etiqueta del desinfectante para conocer el tiempo de contacto necesario para su efectividad. El tiempo de contacto hace referencia al tiempo durante el cual el desinfectante permanece visiblemente húmedo sobre la superficie, lo que permite que el producto elimine eficazmente los agentes patógenos. El tiempo habitual de contacto para desinfecciones por inmersión o pulverización es de diez (10) minutos. Para desinfectar paños, el tiempo es de dos (2) a cuatro (4) minutos.

- Limpie y desinfecte todos los puestos de trabajo y las superficies de las salas de tratamiento, incluidos los mostradores, los armarios, los pomos, las sillas, los reposacabezas y los reposabrazos. Limpie y desinfecte todos los elementos reutilizables y guárdelos en un recipiente hermético. Limpie y desinfecte todos los equipos (incluidos los cables), las tijeras, los cortapelos, los accesorios de recorte, las pinzas, los ruleros, los peines, los cepillos, los organizadores y todos los elementos que se utilicen para la atención al cliente.

- Asegúrese de que todos los productos que se encuentran en los puestos de trabajo, como las lociones, las cremas, las ceras, los exfoliantes y otros productos similares, estén siempre en un recipiente cerrado. En caso contrario, deséchelos y reemplácelos. Retire y deseche los productos que se hayan podido contaminar debido al uso antihigiénico y reemplácelos por productos nuevos.
- Limpie y desinfecte las superficies rígidas no porosas, los vidrios, los metales y los plásticos, incluidas las áreas de trabajo, las zonas de circulación intensiva y las superficies de contacto frecuente, en las áreas abiertas al público y exclusivas para empleados.

Limpieza y desinfección

// continuación de la página 21



- Utilice los productos de superficie porosa (como las limas, los pulidores, las fresas, etc.) solo una vez y, luego, deséchelos, ya que no se pueden desinfectar.
- Lave todas las sábanas, mantas, toallas, cortinas y batas con agua caliente y jabón y séquelas por completo a la temperatura más elevada permitida. Después de cada uso, guarde todos los elementos en un armario hermético. Guarde todas sábanas usadas o sucias en un armario cerrado herméticamente.
- Limpie y desinfecte los canastos de sábanas y los contenedores de basura y solo utilice contendedores que se puedan cerrar y bolsas que se puedan quitar y desechar.
- Limpie y desinfecte las zonas comerciales al menos una vez al día, incluidos los productos. Evite que los clientes toquen los productos que no van a comprar.
- Proporcione a los empleados y a los clientes desinfectante para manos y toallitas, si corresponde.

- Después de cada uso, limpie y desinfecte los cuencos, las mangueras, los atomizadores, los mangos, las sillas de lavado y los reposabrazos. Limpie los productos de la barra posterior y las estanterías. Después de un periodo de cierre prolongado y antes de la reapertura, deseche y reemplace los productos que no se hayan almacenado en un contenedor cerrado.
- Después de un periodo de cierre prolongado y antes de la reapertura, vacíe los potes de cera y desinféctelos antes de volver a rellenarlos. Compre aplicadores nuevos de un solo uso que puedan desecharse en un contenedor de basura hermético. El contenedor de basura debe tener tapa y una bolsa plástica desechable.

Buenas prácticas (no son obligatorias)

- Considere el uso de termómetros infrarrojos para medir sin contacto la temperatura de los clientes y los empleados que ingresan al establecimiento.
- Explique a los clientes que tengan una temperatura superior a los 100.3 grados Fahrenheit que no podrán ingresar al salón y que se deberá reprogramar la cita hasta que hayan pasado al menos 72 horas desde el último episodio de fiebre u otro síntoma, resuelto sin medicación. En caso de que el cliente necesite esperar un traslado, proporcione un espacio donde pueda estar aislado de los empleados y de los otros clientes.

- Considere el uso de cobertores plásticos para asientos de tela, ya que no se pueden limpiar y desinfectar con facilidad.
- Considere reemplazar las agendas de papel o las fichas por dispositivos electrónicos.

- Limite el intercambio de dinero y lávese las manos cuidadosamente después de cada transacción. Se prefieren los pagos con tarjeta de débito, de crédito u otros medios electrónicos que utilicen tecnología de sensor sin firma.
- Proporcione a los empleados mascarillas sanitarias para que las utilicen siempre que presten servicios que requieran un contacto cercano (dentro de los 6 pies), como en el caso de los cortes de pelo, los masajes o la pedicura.

Buenas prácticas (no son obligatorias)

// continuación de la página 22

- Además de la mascarilla sanitaria, utilice un protector facial para realizar servicios cara a cara, por ejemplo, cortes de bigote o depilación de cejas.
- Pida a los clientes que utilicen barbijos de tela, de papel o desechables que sean apropiadas para los servicios. Para realizar algunos servicios, no es necesario que el cliente lleve mascarilla facial. Por ejemplo, no será obligatorio que la use cuando esté boca abajo en una camilla de masajes. En el caso de ciertos servicios, como el corte de barba o bigotes, puede ser necesario retirar temporalmente la mascarilla de tela, de papel o desechable.
- Utilice guantes desechables mientras atiende a los clientes y cámbieselos después de cada servicio.

- Pida a los clientes que ellos mismos se laven el cabello antes de la cita.
- En caso de prestar servicios que requieran un contacto prolongado y cercano con el cliente, como la realización de masajes o de tatuajes, cámbiese la indumentaria por una limpia antes de atender al próximo cliente.
- Vístase con ropa limpia antes de terminar el día laboral todos los días.
- Disponga desinfectante para manos en todos los lugares de trabajo para los empleados y los clientes.

Recursos

- Asociación de masajistas del estado de Oregón
- Asociación de cosmetología del estado de Oregón
- Manicuras asociados

Hospitalidad

¿A quién se dirigen estas guías?

Las mejores prácticas de alojamiento de la Asociación Estadounidense de Hoteles y Alojamiento

La salud de los huéspedes y los empleados

- Lavado de manos y desinfectante para manos. Las pautas de los CDC regirán el deber de todos los empleados de lavarse las manos con frecuencia y utilizar desinfectante para manos. Siempre que sea posible, los dispensadores se ubicarán en las entradas principales para huéspedes y empleados y en los lugares de contacto. Esto incluirá, al menos, las áreas de recepción y las entradas de los empleados.

- Señalización. En aquellas situaciones en las cuales los CDC u otras autoridades sanitarias locales recomienden el uso de mascarillas, se deberán colocar letreros de salud e higiene en las áreas de circulación intensiva (al menos en la recepción) en los que se indique la manera correcta de utilizar, manipular y desechar mascarillas. Como mínimo, se deberán colocar letreros en la sala de cafetería y descanso del personal y en otras áreas frecuentas de entrada y salida para empleados. Mediante los letreros, se les recordará a los empleados la manera correcta de utilizar, manipular y desechar mascarillas, utilizar guantes, lavarse las manos, estornudar y evitar tocarse la cara.

- Problemas de salud de los empleados y huéspedes. Será responsabilidad del personal actuar de manera rápida e informar a las autoridades locales sobre los presuntos casos de COVID-19 que ocurran dentro de la propiedad del hotel. Los empleados que presenten síntomas de COVID-19 deberán permanecer o volver a sus domicilios. Los empleados que, durante el horario laboral, observen que un compañero o huésped presenta síntomas de COVID-19 deberán notificar a un gerente de inmediato. Los hoteles deberán seguir las pautas que los CDC plantean para las empresas y empresarios, lo que incluye instruir a los empleados a que se aíslen el tiempo que sea necesario. Según los CDC, esto es desde el inicio de los síntomas hasta que ocurran al menos tres días sin síntomas ni medicación.

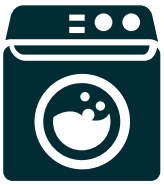
Productos de limpieza y protocolos

- Espacios públicos y áreas comunes. La limpieza y desinfección debe ser frecuente (varias veces al día), con especial énfasis en las superficies rígidas no porosas de contacto frecuente, incluidos, entre otros, el mostrador de la recepción, los timbres, los ascensores y los botones, los picaportes, los baños de uso público, las máquinas expendedoras, las máquinas de helado, las llaves y las cerraduras de las habitaciones, los cajeros automáticos, las escaleras y las barandas, los aparatos de gimnasia, los asientos de la piscina y las zonas aledañas, las encimeras y todas las zonas de asientos.

Productos de limpieza y protocolos

// continuación de la página 24

- Habitaciones para huéspedes. Los protocolos de limpieza y desinfección requieren que se preste especial atención a los elementos con superficies rígidas no porosas de contacto frecuente, como controles remotos de televisión, asientos y tiradores de baño, tiradores de puertas y muebles, grifos de agua, mesitas de noche, teléfonos, paneles de control dentro de la habitación, interruptores de luz, paneles de control de temperatura, relojes despertadores, maleteros y suelos. La frecuencia de limpieza de la habitación durante la estadía de un huésped puede cambiar en función de las necesidades del cliente.



- Lavado de ropa. Las sábanas, toallas y ropa sucia se deberán lavar de acuerdo con las pautas de los CDC, lo que incluye el correcto lavado de los elementos conforme a las instrucciones del fabricante. De ser posible, lave los elementos a la temperatura más elevada permitida y séquelos por completo. Las sábanas sucias se deberán empaquetar en la habitación del huésped para evitar el exceso de contacto durante el traslado a la sala de lavado.
- Ascensores para huéspedes. Los paneles de botones se deberán desinfectar periódicamente; al principio del turno de cada miembro del personal de limpieza y en el transcurso del día.

- Áreas privadas. La limpieza y la desinfección de las áreas de mayor contacto se deberán realizar conforme a las pautas de los CDC, al menos dos veces al día en zonas de circulación intensiva. Las áreas para el lavado y la desinfección de manos deberán ser visibles y de fácil acceso.
- Equipos compartidos. Las herramientas y los equipos compartidos se deberán desinfectar después de cada turno o transferir a un nuevo empleado.

- Alimentos y bebidas. Durante el servicio de alimentos y bebidas, se deberá minimizar el contacto con el huésped, el servicio de bufé y reducir la cantidad de elementos de cocina para aumentar la higiene. El servicio tradicional a la habitación se deberá reemplazar por un método de envío sin contacto. Será necesario limitar el servicio tradicional de bufé. Cuando se ofrezca, el empleado que lo sirva deberá utilizar el equipo de protección personal (PPE) y los utensilios se deberán lavar y cambiar con mayor frecuencia. Se deberá priorizar el control de las porciones para reducir la exposición de los alimentos por largos períodos de tiempo. Será necesario colocar pantallas protectoras contra la tos o los estornudos en todos los exhibidores de comida. Los elementos pequeños, como los condimentos, los cubiertos, la cristalería, las servilletas, etc., se colocarán en la mesa de los huéspedes para permitir una desinfección efectiva. Para ciertos segmentos, se preferirá el uso de alimentos preenvasados y artículos para llevar como método de envío de comida.

Recursos

▶ PAUTAS DE LA AHLA ▶ PAUTAS DE LOS CDC

Cuidado infantil

¿A quién se dirigen estas guías?

Estándares para TODAS las operaciones sobre el cuidado de niños del estado de Oregón

Qué hacer (requerido)

- Está guía también se aplica a otros programas de aprendizaje temprano, como la atención de relevo, los programas de escuela de verano, la transición al jardín de infantes y programas grabados. Estos programas se deben ajustar a las mismas pautas que los programas de cuidado de niños, según se ha indicado en este documento, pero no se espera que se priorice a las familias en función de la ocupación debido a la naturaleza del programa.
- Aún se requiere la aprobación de los programas grabados y autorizados de cuidado infantil por parte de la Oficina de Cuidado Infantil para ofrecer programas de cuidado infantil en situación de emergencia. Los proveedores deben seguir el marco de salud y seguridad que desarrolló el estado y la División de Aprendizaje Temprano, tal y como se adaptó en esta guía.

Tamaño del grupo y proporciones

Limite la cantidad de niños por sala.

- **Familia registrada (Registered Family, RF)**: se podrá tener un grupo de hasta (10) niños. No hay requisitos de superficie cuadrada, que se relacionen con la cantidad de niños bajo cuidado para los proveedores de RF. De los (10) niños, no podrá haber más de seis en edad preescolar y de esos seis, no podrá haber más de dos niños menores de (24) meses.
- **Familia certificada (Certified Family, CF)**: se podrá tener dos grupos estables de hasta (10) niños en áreas separadas de la casa y no más de (16) niños en total. Cada grupo de niños deberá contar con un espacio que tenga, al menos, (35) pies cuadrados por niño. Cada grupo deberá cumplir con los criterios de proporción entre el número de niños y el personal, como se define en la Norma Administrativa 414-350-0120 de Oregón, que se incluye dentro de las Normas Reconocidas de Cuidado Infantil (Certified Child Care Rules) (página 28).
- **Centro certificado (Certified Center, CC)**: se podrá tener un grupo estable de hasta (10) niños por clase. Se podrá dividir una sala grande en dos con la aprobación de un especialista en autorizaciones de cuidado infantil. Para más información, consulte los requisitos de seguridad del Departamento de aprendizaje temprano (Early Learning Division, ELD) de la Autoridad Sanitaria de Oregón (Oregon Health Authority, OHA) sobre la COVID-19 y los cambios temporales del ELD sobre las Normas de Cuidado Infantil en respuesta al estado de emergencia por la COVID-19. Cada grupo de niños deberá contar con un espacio que tenga, al menos, (35) pies cuadrados por niño. Los CC deberán mantener la siguiente proporción entre el número de niños y el personal (la proporción para grupos de niños de diferentes edades se basa en la edad del niño más pequeño del grupo). Consulte la tabla en la siguiente página.

Tamaño del grupo y proporciones

// continuación de la página 26

Age	Ratio	Maximum Group Size (children)
Six weeks to 23 months	1:4	8
24 months to 35 months	1:5	10
36 months to kindergarten	1:10	10
Kindergarten and up	1:10	10

Requisitos para los grupos

- Asegúrese de que los grupos sean estables (es decir, que todos los días, los miembros del equipo o los voluntarios estén con el mismo grupo de chicos).
- Brinde atención en grupos estables de (10) niños; sin embargo, un programa puede permitir que algunas familias "intercambien" espacios entre los días. Por ejemplo: el niño A asiste los lunes, miércoles y viernes, y el niño B asiste los martes y jueves. Sin embargo, puede que no haya más de (12) niños en un grupo estable.

- Brinde atención en grupos estables que usen el mismo espacio físico cada día.
- Mueva a los niños de un grupo estable a otro solo de manera permanente (p. ej., cuando los niños salen de su aula original) y no temporalmente.
- Proporcione el mismo personal "flotante" (es decir, personal que brinde ayuda al personal durante los descansos) para el mismo grupo estable cada día en la medida de lo posible.

- Permita solo un grupo estable de niños a la vez en los espacios compartidos (baños, áreas de juego al aire libre, espacios para comer). Se deben cumplir las prácticas de saneamiento entre usos para los diferentes grupos.
- Respecto a los proveedores a domicilio, exija que los miembros del hogar que no ayudan en el programa de cuidado infantil se alejen físicamente de los grupos estables durante todo el día. Si los propios hijos de un proveedor u otros miembros del hogar participan como parte del grupo, deben contarse como parte de la cantidad total de niños permitida dentro del grupo.

- Implemente protocolos adecuados de saneamiento entre las clases de la mañana y de la tarde que utilizan el mismo espacio físico, incluido el saneamiento de las áreas de preparación de alimentos, las superficies de contacto frecuente, los juguetes y los materiales. Se puede permitir un máximo de dos grupos de niños en cualquier salón de clases a lo largo del día.
- Alterne los horarios de llegada y de regreso o establezca otros protocolos para limitar el contacto entre las familias y el personal.

Operaciones

- Continúe priorizando la atención para los trabajadores esenciales y también puede atender a todas las familias que regresan al trabajo en reapertura gradual.
- Adhiérase a los requisitos de seguridad sobre la COVID-19 del ELD-OHA y cumpla con ellos y con los cambios temporales del ELD a las reglas de cuidado infantil en respuesta al estado de emergencia por la COVID-19 en todo momento.
- Mantenga los protocolos aprobados de limpieza del OHA-ELD para superficies, ropa de cama, productos electrónicos y juguetes para evitar la propagación de la COVID-19.
- Brinde capacitación continua al personal sobre los protocolos de limpieza y los requisitos de seguridad por la COVID-19.

- Permita que el personal use barbijos de tela, de papel o desechables si así lo desean.
- Exija el uso de mascarillas para el personal flotante y el personal que realiza controles de salud diarios de los niños
- Mantenga registros diarios para cada grupo estable que cumpla con los siguientes requisitos para respaldar el rastreo de casos de contacto si fuera necesario:
  - nombre del niño;
  - hora de llegada/recogida;
  - adulto encargado de dejar/recoger al niño;
  - todo el personal que interactúa con un grupo estable de niños (incluido el personal flotante);
  - horas que el niño estuvo bajo el cuidado.

Gimnasios y centros deportivos

¿A quién se dirigen estas guías?

Las organizaciones relacionadas con el ejercicio físico incluyen, entre otros, los gimnasios, los centros de acondicionamiento físico, el entrenamiento personal, los estudios de baile y los centros de artes marciales.

Distanciamiento y ocupación

- Limite el número de personas en las instalaciones y concéntrese en mantener al menos seis (6) pies de distancia física entre las personas. Cada instalación debe usar sus pies cuadrados totales para determinar el número máximo de ocupantes para toda la instalación.
- Determine la ocupación máxima para diferentes áreas del gimnasio (p. ej., aulas, sala de pesas, gimnasio, vestuario) y limite la admisión en consecuencia.

- Limite el tamaño de la clase de acondicionamiento físico a la ocupación máxima de la sala (siempre que se aseguren seis (6) pies de separación).
- Considere realizar actividades o clases de acondicionamiento físico al aire libre si se puede hacer de manera segura, cuando no quebrante las ordenanzas locales y cuando los participantes y los instructores puedan mantener una distancia física de seis pies.

- Limite las estaciones de equipos de ejercicio a aquellas ubicadas al menos a seis (6) pies de distancia. Si el equipo no se puede mover para facilitar el distanciamiento físico, se debe bloquear su uso.
- Prohíba los deportes de contacto que impliquen el contacto corporal de los participantes, el contacto cuerpo a cuerpo (a menos de seis (6) pies de distancia) o que utilicen equipos compartidos (p. ej., baloncesto, squash, ráquetbol, taekwondo, karate, lucha, artes marciales mixtas).
- Solo permita que los gimnasios se utilicen para deportes sin contacto o para el desarrollo de habilidades individuales que no requieran contacto con otras personas.

- Para el entrenamiento personal individual, mantenga seis (6) pies de distancia física entre el entrenador y el cliente. Si el contacto estrecho dentro de los seis (6) pies es inevitable, se recomienda encarecidamente que el cliente utilice una mascarilla y se minimice el tiempo durante el cual ocurre el contacto estrecho. El entrenador y el cliente se deben lavar bien las manos con jabón y agua tibia o usar desinfectante de manos (60-95 % de contenido de alcohol) inmediatamente antes y después de la cita.

Operaciones

- Revise e implemente la Guía de máscaras y barbijos para negocios, el tránsito y el público. (Próximamente)

Operaciones

// continuación de la página 29

- Asegúrese de que todas las instalaciones y todos los equipos sean seguros para operar y estén en buenas condiciones después del cierre prolongado. Este trabajo se debe guiar mediante los manuales de mantenimiento y funcionamiento y los procedimientos operativos estándar.
- Cierre las canillas de agua, excepto aquellas diseñadas para rellenar botellas de agua sin contacto.

- No permita el uso de las duchas. Los lavabos y los inodoros de los vestuarios pueden permanecer abiertos para su uso, pero limite la cantidad de personas que usan las instalaciones en cualquier momento para garantizar que se pueda mantener una distancia de seis (6) pies.
- Mantenga los saunas, las salas de vapor y los spas y las piscinas de hidromasaje cerrados para todas las actividades.
- Mantenga cerrada la guardería infantil.

- Consulte y aplique la Guía para los campamentos diurnos y nocturnos de verano a cualquier programa para niños y jóvenes. (Próximamente)
- Coloque letreros claros en los que se enumeren los síntomas de la COVID-19, en los que se inste a los empleados y a los clientes con síntomas a permanecer en sus hogares y en los que se indique a quién contactar en caso de necesitar asistencia.
- Utilice letreros para alentar el distanciamiento físico en toda la instalación, incluidas, entre otras, las áreas de recepción, las áreas para comer, los vestuarios y los equipos populares cercanos.

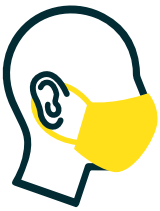
- Ubique al personal para que controle los requisitos de distanciamiento físico y desinfección.
- Asegúrese de que los sistemas de ventilación funcionen correctamente. Abra las ventanas y las puertas, use ventiladores y otros métodos para aumentar la circulación de aire tanto como sea posible. No abra las ventanas y las puertas si hacerlo representa un riesgo de seguridad para los empleados, los niños o los clientes.

- Establezca un flujo de tráfico unidireccional, cuando sea posible, para circuitos de equipos, pistas, etc. Use letreros para dirigir el flujo de tráfico unidireccional.
- Proporcione estaciones de lavado de manos o desinfectante de manos (60-95 % de contenido de alcohol) en toda la instalación para uso de los empleados y clientes.
- Consulte la Guía del sector de restaurantes para obtener información sobre la manipulación y la distribución de alimentos según corresponda a cada centro de acondicionamiento físico.
- Registre la información de contacto del cliente, la fecha y la hora para el uso de las instalaciones por parte del cliente. Si hay un caso positivo de COVID-19 asociado con la instalación, los funcionarios de salud pública podrán exigir que la empresa lo informe para llevar a cabo una investigación de rastreo de contactos. A menos que se requiera lo contrario, esta información se puede destruir después de (60) días después de la fecha de la sesión.

Limpieza y desinfección

- Después de un periodo de cierre prolongado, limpie y desinfecte minuciosamente todos los espacios de trabajo antes de la reapertura.
- Use desinfectantes incluidos en la lista aprobada por la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) para el virus SARS-CoV-2 que causa la COVID-19. Todavía no se etiquetará ningún producto para la COVID-19, pero en muchos de ellos se indicará su eficacia contra el coronavirus humano, ya sea en la etiqueta o en el sitio web.
- Solicite a los empleados o invitados de las instalaciones que limpien todo el equipo (p. ej., las pelotas, las pesas, las máquinas, etc.) inmediatamente antes y después de cada uso con un desinfectante proporcionado por el gimnasio incluido entre los productos aprobados por la EPA contra el virus SARS-CoV- 2 que causa la COVID-19. Una solución de 70 % a 95 % de contenido de alcohol también funciona.
- Limpie y desinfecte con frecuencia las áreas de trabajo, las áreas de circulación intensiva y las superficies de contacto frecuente en las áreas a las que acceden los trabajadores y el público.
- Limpie a fondo los baños al menos dos veces al día, y garantice suministros sanitarios adecuados (p. ej., jabón, papel higiénico, desinfectante para manos con un contenido de alcohol de 60 % a 95 %) durante todo el día.

Buenas prácticas (no son obligatorias)



- Recomiende encarecidamente a los clientes a usar barbijos de tela, de papel o desechables.
- Considere colocar barreras de plástico o vidrio transparentes frente a los mostradores de recepción, o en otros lugares donde sea más difícil mantener seis (6) pies de distancia física entre los empleados y los clientes.
- Considere organizar la asistencia al gimnasio con cita previa para limitar el número de personas en las instalaciones.
- Fomente el uso durante las horas no pico según lo determinado y publicado por la administración de la instalación.
- Considere ofrecer clases virtuales de acondicionamiento físico, especialmente para personas con mayor riesgo de complicaciones graves por la COVID-19, entre ellas, las personas mayores de 60 años o con afecciones médicas subyacentes.
- Fomente el flujo unidireccional con entradas y salidas marcadas, pero no bloquee las salidas de emergencia. Use letreros para dirigir el flujo de tráfico unidireccional.
- Aliente encarecidamente a los clientes a traer sus propias botellas de agua llenas a la instalación.
- Invite a los clientes a lavarse las manos con agua y jabón durante 20 segundos o a usar desinfectante de manos (60-95 % de contenido de alcohol) inmediatamente antes y después de la sesión en el gimnasio y varias veces durante la sesión.
- Lave las tuberías de agua semanalmente mientras el edificio esté vacío y antes de reanudar el uso normal del edificio. El agua estancada en las tuberías puede crear condiciones que favorecen el crecimiento y la propagación de la Legionella y otras bacterias dañinas (consulte la Guía para reabrir los sistemas de agua del edificio después del cierre prolongado).

Buenas prácticas (no son obligatorias)

// continuación de la página 31

- Revise a los clientes antes del inicio de la sesión en la instalación. Por ejemplo, pregunte lo siguiente:
  - ¿Tuvo tos reciente o que empeora?
  - ¿Tiene o tuvo fiebre?
  - ¿Experimenta o experimentó alguna dificultad para respirar?
  - ¿Tuvo contacto estrecho con alguna persona que tuviera estos síntomas o a quién le hayan diagnosticado COVID-19 en los últimos 14 días?

- Si el cliente responde “sí” a cualquiera de las preguntas de detección, pídale que regrese a su hogar y espere para regresar al centro hasta que todos los síntomas, incluida la fiebre, se hayan resuelto por un lapso mínimo de 72 horas sin medicación o de 14 días después del contacto con una persona con tos, fiebre o con diagnóstico de COVID-19.
- Invite firmemente al cliente que presenta síntomas de enfermedad a abandonar inmediatamente las instalaciones y no regresar hasta al menos 72 horas después de que los síntomas se hayan resuelto sin medicamentos.
- Recomiende encarecidamente a los clientes con mayor riesgo de complicaciones graves por la COVID-19 (personas mayores de 60 años o con afecciones médicas subyacentes) que se queden en sus hogares para reducir el riesgo de exposición.

Público en general

¿A quién se dirigen estas guías?

Guía de Oregon al público para prevenir la propagación de la COVID-19*

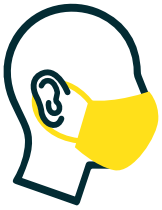
Qué hacer

A medida que Oregon avanza hacia la reapertura de negocios y espacios públicos, cumplir con las medidas para evitar la transmisión de la COVID-19 será más importante que nunca. Estas medidas incluyen:

- Distanciamiento físico: según lo ordenado por el Decreto Ejecutivo de la gobernadora, limite las actividades sociales y recreativas donde las personas no pueden permanecer a (6) pies de distancia.
- Manténgase al menos a (6) pies de distancia de otros cuando sea posible: durante los viajes necesarios a supermercados, farmacias o entidades de atención médica.

- Lávese las manos con frecuencia. Lávese las manos regularmente y minuciosamente con agua y jabón, o use desinfectante para manos a base de alcohol si no puede lavarse las manos.
- Cubra su boca cuando tose. Cúbrase cuando tose o estornuda con un pañuelo desechable y tírelo inmediatamente después; o tosa o estornude en la manga superior, en lugar de en las manos.
- Evite tocarse los ojos, la nariz, la boca o la cara.

- Permanezca en casa cuando esté enfermo. Si está enfermo, aíslese. Manténgase alejado del trabajo, la familia y los amigos. Hágalo hasta (72) horas después de que la fiebre y la tos hayan desaparecido sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
- Limpie las superficies regularmente.



- Utilice barbijos (de tela, de papel o desechables) según corresponda. De conformidad con las recomendaciones de los CDC, la Autoridad de Salud de Oregón reconoce que el uso de barbijos puede reducir la propagación de la COVID-19 entre los habitantes de Oregón. Esto incluye la propagación viral de las personas que tienen la infección, pero no presentan síntomas. A medida que las empresas y los espacios públicos se vuelven a abrir en Oregón, puede ser difícil mantener siempre (6) pies de distancia entre las personas. Por lo tanto, la OHA recomienda que el público use barbijos en las empresas y los entornos públicos.

*Para obtener recomendaciones sobre el uso de máscaras y barbijos en entornos de atención médica, consulte la guía relacionada de la Autoridad de Salud de Oregón o de los Centros de control y Prevención de Enfermedades.

Apéndice

Documentos adicionales

Conozca la hoja de información de síntomas
Hoja de datos sobre la COVID-19 de la Autoridad de Salud de Oregón

Hoja de información sobre protección personal
Información de prevención de la COVID-19 de la Autoridad de Salud de Oregón

Hoja de información de distanciamiento físico
Pautas de distanciamiento físico de la Autoridad de Salud de Oregón

Más información acerca de las pruebas
Conceptos básicos de las pruebas de COVID-19 de la Autoridad de Salud de Oregón

Letrero de lavado de manos adecuado
Pautas de lavado de manos adecuado de la Autoridad de Salud de Oregón

Letrero de distanciamiento físico
Letrero de distanciamiento físico de la Autoridad de Salud de Oregón

Letrero de síntomas de la COVID-19
Letrero de síntomas de la COVID-19 de la Autoridad de Salud de Oregón

Formulario de interés de rastreo de contactos
Formulario de rastreo de contactos con la COVID-19

- Lane County Public Health está solicitando a las empresas que recopilen voluntariamente información limitada del cliente en este Formulario de rastreo de contactos en caso de que se identifique un caso de COVID-19 asociado con su negocio. Les pedimos a los clientes que proporcionen su nombre, la hora en que visitaron el negocio y el número de teléfono celular. Guarde la información del último período de 14 días; la información del cliente se puede eliminar (15) días después de su visita.
- **La identificación proactiva de las personas potencialmente afectadas puede minimizar la necesidad de un anuncio público de una ubicación de difusión comunitaria.** Todos los negocios son bienvenidos a implementar esta práctica, pero se recomienda particularmente en los negocios donde el contacto cercano, según lo define la Autoridad de Salud de Oregón (15 minutos de contacto cara a cara), ocurre con mayor frecuencia. Su participación ayudará a prevenir una mayor transmisión de la COVID-19 y a proteger la salud de nuestra comunidad.

Novel Coronavirus

Fact Sheet

What is novel coronavirus?

Novel coronavirus (COVID-19) is a virus strain that has only spread in people since December 2019. Health experts are concerned because little is known about this new virus. It has the potential to cause severe illness and pneumonia in some people and there is not a treatment.

How does novel coronavirus spread?

Health experts are still learning the details about how this new coronavirus spreads. Other coronaviruses spread from an infected person to others through:

- the air by coughing and sneezing
- close personal contact, such as touching or shaking hands
- touching an object or surface with the virus on it, then touching your mouth, nose, or eyes

How severe is novel coronavirus?

Experts are still learning about the range of illness from novel coronavirus. Reported cases have ranged from mild illness (similar to a common cold) to severe pneumonia that requires hospitalization. So far, deaths have been reported mainly in older adults who had other health conditions.

What are the symptoms?

People who have been diagnosed with novel coronavirus have reported symptoms that may appear in as few as 2 days or as long as 14 days after exposure to the virus:

Fever

Cough

Difficulty breathing

What should I do if I have symptoms?

Call your healthcare provider to identify the safest way to receive care. Let them know if you have traveled to an affected area within the last 14 days.

Who is at risk for novel coronavirus?

Your risk of getting COVID-19 relates to your exposure to the virus. To minimize the risk of spread, health officials are working with healthcare providers to promptly identify and evaluate any suspected cases.

Travelers to and from certain areas of the world may be at increased risk. See wwwnc.cdc.gov/travel for the latest travel guidance from the CDC.

How can I prevent from getting novel coronavirus?

If you are traveling overseas follow the CDC's guidance: wwwnc.cdc.gov/travel.

Steps you can take to prevent spread of flu and the common cold will also help prevent coronavirus:

- Wash hands often with soap and water. If not available, use an alcohol-based hand sanitizer
- Avoid touching your eyes, nose, or mouth with unwashed hands
- Avoid close contact with people who are sick
- Stay home while you are sick and avoid close contact with others
- Cover your cough or sneeze with a tissue, then throw it away.
  If you don't have a tissue, cough into your elbow.
- Clean and disinfect objects and surfaces that you frequently touch.

Currently, there are no vaccines available to prevent novel coronavirus infections.

How is novel coronavirus treated?

There are no medications specifically approved for coronavirus. Most people with mild coronavirus illness will recover on their own by drinking plenty of fluids, resting, and taking pain and fever medications. However, some cases develop pneumonia and require medical care or hospitalization.

For more information:

www.healthoregon.org/coronavirus

Updated 3/5/2020

Oregon Health Authority
PUBLIC HEALTH DIVISION
Health Security, Preparedness and Response (HSPR)

You can get this document in other languages, large print, braille or a format you prefer. Contact the Public Health Division at 971-673-0977 or 971-673-0372. We accept all relay calls or you can dial 711.

OHA 2356 English (03/19/2020)

How can I avoid getting the novel coronavirus (COVID-19)?

Steps you can take to prevent the spread of flu and the common cold can also help prevent the spread of the coronavirus.

Wash your hands often with soap and water.

Avoid touching your eyes, nose and mouth.

Avoid contact with sick people and stay home if you're sick.

Cover your mouth and nose with a tissue or sleeve when coughing or sneezing.

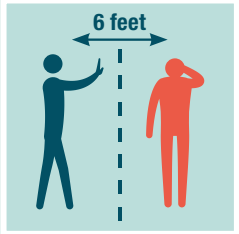
For more information visit
healthoregon.org/coronavirus

Oregon Health Authority

You can get this document in other languages, large print, braille or a format you prefer. Contact Acute and Communicable Disease Prevention at 971-673-1111 or email OHD.ACDP@dhsoha.state.or.us. We accept all relay calls or you can dial 711.

OHA 2681 (2/20)

Physical Distancing:
Keep Your Distance to Prevent COVID-19



Physical distancing, also called social distancing, means you avoid contact with people, other than those who live with you. Physical distancing is one of the best ways to slow the spread of COVID-19. It's up to each of us to help stop the spread of COVID-19.

- **Stay home, save lives.** The best way to stay healthy and prevent the spread of COVID-19 is to stay home. You must also limit things you do outside your home to what you **must** do. Examples of things you must do, are shopping for food or picking up medicines. The Governor's order does not allow gatherings where people cannot keep 6 feet apart. Also, the order does not allow social events and non-essential business where people come into close contact.

- **If you must leave your home for essential activities,** you should:
  - » Maintain 6 feet between you and all other people.
  - » Wash or sanitize your hands after contact with any surface.
  - » Do not touch your face, except after washing or sanitizing your hands.
  - » Avoid groups and contact with other people.
  - » Wear a cloth covering for your nose and mouth to protect others if you can't keep 6 feet apart. Do so, even if you feel well and do not show symptoms of illness.
    - ▪ Do not place a cloth covering for the nose and mouth on children under age 2, anyone who has trouble breathing or who cannot remove the covering themselves.

- **Stay home if you are sick.**

  Stay home and consult with your doctor or a clinic if you are ill with any of these symptoms:
  - » Fever of 100° or higher
  - » Cough
  - » Shortness of breath

  If you need help to find a clinic, call 211.

- **Keep your distance. Slow the spread.** For more information on physical distancing and Oregon's novel coronavirus response, visit www.healthoregon.org/coronavirus.

Oregon Health Authority
PUBLIC HEALTH DIVISION

Accessibility: Everyone has a right to know about and use Oregon Health Authority (OHA) programs and services. OHA provides free help. Some examples of the free help OHA can provide are: sign language and spoken language interpreters, written materials in other languages, Braille, large print, audio and other formats. If you need help or have questions, please contact Mavel Morales at 1-844-882-7889, 711 TTY, OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us.

OHA 2268 (4/9/2020)

Oregon Health Authority
PUBLIC HEALTH DIVISION

COVID-19 Testing Basics

Who should be tested?

Many people are interested in testing for COVID-19 out of concern for themselves and their loved ones. If you have trouble breathing or feel very ill, contact your healthcare provider or, in case of emergency, call 911.

Healthcare providers may decide to have you first tested for other illnesses, like the flu, based on your possible exposure history and any other symptoms you might have.

- **Individuals who feel very ill should seek appropriate care.** If it is an emergency, call 911. If it is not an emergency but you feel sick enough to need a medical appointment, call your doctor's office. If you don't have a doctor, call 211 for a list of clinics near you. If necessary, visit your local urgent care center.
- **Call before you go.** If you have flu-like symptoms or have reason to think you might have COVID-19, let your healthcare provider know before you visit. This will help avoid exposing anyone else at the provider's facility.

Where can I get tested?

Contact your primary healthcare provider or a clinic. They can determine whether you need testing. Though hospitals may request lab testing for some high-risk patients, emergency rooms should not be considered a primary source for patient-requested testing.

If it's determined I need testing for COVID-19, what should I expect?

Testing for COVID-19 will likely involve your healthcare provider taking a sample on a swab through the nose.

What if I feel like I've been exposed but don't need to see a healthcare provider or get tested?

If you think you have been exposed to COVID-19, and you get fever, cough or trouble breathing, stay away from other people, so you don't get them sick. Consult with your doctor or a clinic via phone for instructions.

What if I test positive?

Your healthcare provider and public health staff will also give you information about how to keep from spreading the virus to your family and friends. You will need to isolate yourself from other people for as long as your healthcare provider instructs. You will also need to avoid coughing on others and to wash your hands frequently, to protect them from infection.

How long does it take to receive test results?

Results are generally available within 3-4 days. Your healthcare provider may ask you to isolate yourself during this time, to limit possible spread of the virus.

Which labs can test for COVID-19?

The Oregon State Public Health Lab (OSPHL) and commercial laboratories, such as LabCorp and Quest Diagnostics can currently test for COVID-19. Some local health systems will be able to test soon.

How are healthcare workers being protected?

Workers collecting samples must wear personal protective equipment, which may include gowns, gloves, eye protection and masks. We are sharing guidance with healthcare workers and facilities to help them stay safe.

From our testing guidance:

Clinicians in the community can order COVID-19 testing at their discretion through commercial labs, including LabCorp and Quest Diagnostics. A). Clinicians do not need to routinely notify the local public health authority (LPHA) or OHA when evaluating patients with respiratory illness or ordering COVID-19 testing from commercial laboratories. B). While it is circulating, clinicians should consider testing for influenza before ordering COVID-19 testing.

You can get this document in other languages, large print, braille or a format you prefer. Contact the Public Health Division at 971-673-0977. We accept all relay calls or you can dial 711.

Clean hands save lives

Oregon Health Authority

Wash your hands.

Use soap and water for at least 20 seconds.

Can't wash? Use hand sanitizer.

Use hand sanitizer made with at least 60-95% alcohol content.

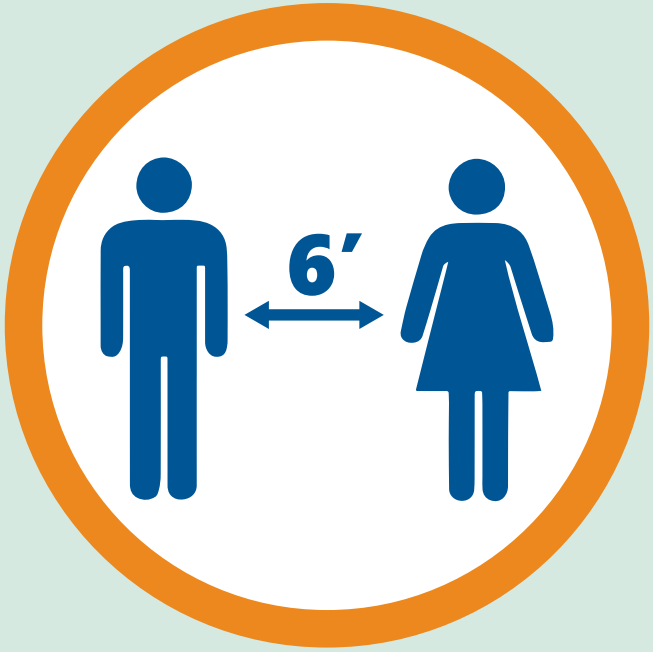
You can get this document free of charge in other languages, large print, braille or a format you prefer. Contact Mavel Morales at 1-844-882-7889, 711 TTY or OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us.

OHA 2320B (05/2020)

Going out? Stay apart.

Don't gather in groups.

Stay 6 feet away from others.



Oregon Health Authority

You can get this document free of charge in other languages, large print, braille or a format you prefer. Contact Mavel Morales at 1-844-882-7889, 711 TTY or OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us.

OHA 2320 (05/2020)

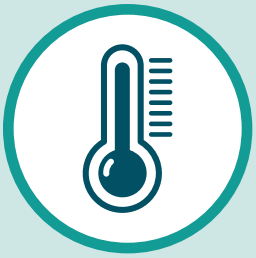
Do you have these symptoms?

If so, go home and call your health care provider.

Cough

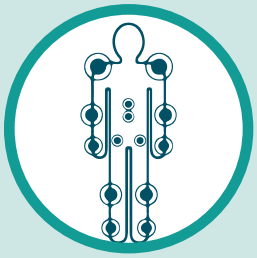
Shortness of breath or difficulty breathing

Other COVID-19 symptoms include:



Fever

Chills



Muscle pain

Headache

Sore throat

New loss of sense of taste or smell

Oregon Health Authority

For assistance, call 211.

211info 2-1-1

You can get this document free of charge in other languages, large print, braille or a format you prefer. Contact Mavel Morales at 1-844-882-7889, 711 TTY or OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us.

OHA 2320A (05/2020)

PUBLIC HEALTH

PREVENT. PROMOTE. PROTECT.

Lane County Public Health is requesting businesses voluntarily gather limited customer information in the event a COVID-19 case associated with this business is identified. Your participation will help us prevent further COVID-19 transmission and protect the health of our community. The information you provide will only be used to inform you of any potential COVID-19 exposure. The business will dispose of this information after 14 days.

Date	Arrival Time	Name	Cell Phone

Fuentes

Guía de reapertura de fase uno para el público
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2342D.pdf

Estado de aprobación del condado para la fase uno
- https://govstatus.egov.com/or-covid-19#applicationsToEnterPhase

Guía general para empleadores
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2342C.pdf

Guía para la industria minorista
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2342A.pdf

Guía para la industria de restaurantes y bares
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2342B.pdf

Guía para la industria de recreación al aire libre
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2342E.pdf

Guía para la industria de servicios personales
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2342F.pdf

Guía para la industria de cuidado infantil
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2353.pdf

Guía para la industria de gimnasios y centros de acondicionamiento físico
- https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2352.pdf

Estándares mejorados de limpieza de la industria hotelera
- https://assets.simpleviewinc.com/simpleview/image/upload/v1/clients/lanecounty/AHLA_Safe_Stay_Protocols_8c58dd27-4d83-487a-9d63-c3d955283e4e.pdf

Página sobre el coronavirus del condado de Lane
- https://www.lanecountyor.gov/coronavirus

Fuentes

Pautas de los CDC para la desinfección de instalaciones

- https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html

Actualizaciones sobre la COVID-19 de la Autoridad de Salud de Oregón

- https://govstatus.egov.com/OR-OHA-COVID-19