

## **COVID-19 Checklist for Employers and Employees**

### **Know the Symptoms of COVID-19**

- Coughing, fever, shortness of breath, and difficulty breathing.
- Early symptoms may include chills, body aches, sore throat, headache, diarrhea, nausea/vomiting, and runny nose. If you develop a fever and symptoms of respiratory illness, **DO NOT GO TO WORK** and call your health-care provider immediately. Do the same thing if you come into close contact with someone showing these symptoms.

### **Employer Responsibilities**

- Develop a COVID-19 Exposure Action Plan.
- Conduct safety meetings (toolbox talks) by phone if possible. If not, instruct employees to maintain 6-feet between each other. The foreman/supervisor will track attendance verbally rather than having employees sign an attendance sheet.
- Access to the job site and work trailer will be limited to only those necessary for the work.
- All visitors will be pre-screened to ensure they are not exhibiting symptoms.
- Employees, contractors, and visitors will be asked to leave the jobsite and return home if they are showing symptoms.
- Provide hand sanitizer and maintain Safety Data Sheets of all disinfectants used on site.
- Provide protective equipment (PPE) to any employees assigned cleaning/disinfecting tasks.
- Talk with business partners about your response plans. Share best practices with other businesses in your communities (especially those in your supply chain), chambers of commerce, and associations to improve community response efforts.

### **Employee Responsibilities**

- Become familiar with the Exposure Action Plan and follow all elements of the Plan.
- Practice good hygiene: wash hands with soap and water for at least 20 seconds. If these are not available, use alcohol-based hand rub with at least 60% alcohol. Avoid touching your face, eyes, food, etc. with unwashed hands.

### **Cleaning/Disinfecting Job Sites and Other Protective Measures**

- Clean and disinfect frequently used tools and equipment on a regular basis. This includes other elements of the jobsite where possible. Employees should regularly do the same in their assigned work areas.
- Clean shared spaces such as trailers and break/lunchrooms at least once per day.
- Disinfect shared surfaces (door handles, machinery controls, etc.) on a regular basis.
- Avoid sharing tools with co-workers. If not, disinfect before and after each use.
- Arrange for any portable job site toilets be cleaned by the leasing company at least twice per week and disinfected on the inside.
- Trash collected from the jobsite must be changed frequently by someone wearing gloves.

### **Personal Protective Equipment and Alternate Work Practice Controls**

- Provide and wear the proper PPE.
- Keep the dust down by using engineering and work practice controls, specifically through the use of water delivery and dust collection systems.

## COVID-19 Toolbox Talk

### What is COVID-19?

The novel coronavirus, COVID-19 is one of seven types of known human coronaviruses. COVID-19, like the MERS and SARS coronaviruses, likely evolved from a virus previously found in animals. The remaining known coronaviruses cause a significant percentage of colds in adults and children, and these are not a serious threat for otherwise healthy adults.

Patients with confirmed COVID-19 infection have reportedly had mild to severe respiratory illness with symptoms such as fever, cough, and shortness of breath.

According to the U.S. Department of Health and Human Services/Centers for Disease Control and Prevention (“CDC”), Chinese authorities identified an outbreak caused by a novel—or new—coronavirus. The virus can cause mild to severe respiratory illness. The outbreak began in Wuhan, Hubei Province, China, and has spread to a growing number of other countries—including the United States.

### How is COVID-19 Spread?

COVID-19, like other viruses, can spread between people. Infected people can spread COVID-19 through their respiratory secretions, especially when they cough or sneeze. According to the CDC, spread from person-to-person is most likely among close contacts (about 6 feet). Person-to-person spread is thought to occur mainly *via* respiratory droplets produced when an infected person coughs or sneezes, like how influenza and other respiratory pathogens spread. These droplets can land in the mouths or noses of people who are nearby or possibly be inhaled into the lungs. It is currently unclear if a person can get COVID-19 by touching a surface or object that has the virus on it and then touching their own mouth, nose, or possibly their eyes.

In assessing potential hazards, employers should consider whether their workers may encounter someone infected with COVID-19 in the course of their duties. Employers should also determine if workers could be exposed to environments (e.g., worksites) or materials (e.g., laboratory samples, waste) contaminated with the virus.

Depending on the work setting, employers may also rely on identification of sick individuals who have signs, symptoms, and/or a history of travel to COVID-19-affected areas that indicate potential infection with the virus, in order to help identify exposure risks for workers and implement appropriate control measures.

There is much more to learn about the transmissibility, severity, and other features associated with COVID-19, and investigations are ongoing.

## COVID-19 Prevention and Work Practice Controls:

### Worker Responsibilities

- Frequently wash your hands with soap and water for at least 20 seconds. When soap and running water are unavailable, use an alcohol-based hand rub with at least 60% alcohol. Always wash hands that are visibly soiled.
- Cover your mouth and nose with a tissue when you cough or sneeze or use the inside of your elbow.
- Avoid touching your eyes, nose, or mouth with unwashed hands.
- Avoid close contact with people who are sick.
- Employees who have symptoms (i.e., fever, cough, or shortness of breath) should notify their supervisor and stay home—DO NOT GO TO WORK.
- Sick employees should follow [CDC-recommended steps](#). Employees should not return to work until the criteria to [discontinue home isolation](#) are met, in consultation with healthcare providers and state and local health departments.

### General Job Site / Office Practices

- Clean AND disinfect frequently touched objects and surfaces such as workstations, keyboards, telephones, handrails, and doorknobs. Dirty surfaces can be cleaned with soap and water prior to disinfection. To disinfect, use [products that meet EPA's criteria for use against SARS-CoV-2external icon](#), the cause of COVID-19, and are appropriate for the surface.
- Avoid using other employees' phones, desks, offices, or other work tools and equipment, when possible. If necessary, clean and disinfect them before and after use.
- Clean and disinfect frequently used tools and equipment on a regular basis.
  - This includes other elements of the jobsite where possible.
  - Employees should regularly do the same in their assigned work areas.
- Clean shared spaces such as trailers and break/lunchrooms at least once per day.
- Disinfect shared surfaces (door handles, machinery controls, etc.) on a regular basis.
- Avoid sharing tools with co-workers if it can be avoided. If not, disinfect before and after each use.
- Arrange for any portable job site toilets to be cleaned by the leasing company at least twice per week and disinfected on the inside.
- Any trash collected from the jobsite must be changed frequently by someone wearing gloves.
- In addition to regular PPE for workers engaged in various tasks (fall protection, hard hats, hearing protection), employers will also provide:
  - Gloves: Gloves should be worn at all times while on-site. The type of glove worn should be appropriate to the task. If gloves are not typically required for the task, then any type of glove is acceptable, including latex gloves. Gloves should not be shared if at all possible.
  - Eye protection: Eye protection should be worn at all times while on-site.

## **Lista de Verificación sobre el COVID-19 para Empleadores y Trabajadores**

### **Conozca los síntomas de COVID-19**

- Tos;
- Fiebre;
- Falta de aliento, dificultad para respirar; y
- Los primeros síntomas pueden incluir escalofríos, dolores corporales, dolor de garganta, dolor de cabeza. Si desarrolla fiebre y síntomas de enfermedad respiratoria, **NO VAYA A TRABAJAR** y llame a su proveedor de atención médica de inmediato. Haga lo mismo si entra en contacto cercano con alguien que presente estos síntomas.

### **Responsabilidades del Empleador**

- Desarrollar un plan de acción contra la exposición al COVID-19.
- Realizar reuniones de seguridad (charlas preventivas) por teléfono si es posible. De lo contrario, indique a los trabajadores que mantengan al menos 6 pies de distancia entre ellos. El capataz/supervisor controlará la asistencia verbalmente en lugar de que los empleados firmen una hoja de asistencia.
- Limitar el acceso al centro laboral y al tráiler de la obra sólo a quienes sean necesarios para el trabajo.
- Evaluar a todos los visitantes previamente para asegurarse de que no presenten síntomas de COVID-19.
- Pedir a los empleados, contratistas y visitantes que presenten síntomas que abandonen el lugar de trabajo y regresen a sus casas.
- Proporcionar desinfectante para manos y mantener hojas de datos de seguridad de todos los desinfectantes utilizados en el sitio.
- Proporcionar equipo de protección personal (EPP) específico a cualquier empleado asignado a tareas de limpieza/desinfección.
- Hable con sus asociados comerciales sobre sus planes de respuesta al COVID-19. Comparta las mejores prácticas con otros negocios de su comunidad (especialmente aquellos en su cadena de suministro), cámaras de comercio y asociaciones para mejorar los esfuerzos de respuesta de la comunidad.

### **Responsabilidades del Trabajador**

- Familiarícese con el Plan de Acción de Exposición y siga todos los elementos del Plan.
- Practique una buena higiene: lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no están disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol.
- Evite tocarse la cara, los ojos, la comida, etc. con las manos sin lavar.

### **Limpieza / desinfección de sitios de trabajo y otras medidas de protección**

- Limpie y desinfecte las herramientas y equipos de uso frecuente de manera regular.
  - Esto incluye otros elementos del sitio de trabajo cuando sea posible.
  - Los trabajadores deben hacer lo mismo regularmente en sus áreas de trabajo asignadas.
- Limpie los espacios compartidos, como los remolques y los lugares de descansos/almuerzos al menos una vez al día.
- Mantenga al menos 6 pies de distancia física mientras esté en espacios compartidos.
- Desinfecte las superficies compartidas (manijas de las puertas, controles de maquinaria, etc.) de manera regular.
- De ser posible, evite compartir herramientas con compañeros de trabajo. Si no, desinfectelos antes y después de cada uso.
- Haga arreglos en el lugar de trabajo para que los baños portátiles sean limpiados por la compañía que los arrienda al menos dos veces por semana y que sean desinfectados en el interior.

- Cualquier basura recolectada del lugar de trabajo debe ser cambiada frecuentemente por alguien que use guantes.

#### **Equipo de protección personal y controles de prácticas laborales alternativas**

- Proporcione y use el EPP adecuado.
- Mantenga el polvo bajo control mediante el uso de controles de ingeniería y prácticas de trabajo, específicamente mediante el uso de sistemas de rociado de agua y recolección de polvo. **Charla**

## **Previa sobre COVID-19**

### **¿Qué es COVID-19?**

El nuevo coronavirus, COVID-19, es uno de los siete tipos de coronavirus humanos conocidos. El COVID-19, al igual que los coronavirus MERS y SARS, probablemente evolucionó a partir de un virus hallado previamente en animales. Los coronavirus conocidos restantes causan un porcentaje significativo de resfriados en adultos y niños, y estos no son una amenaza grave para los adultos sanos.

Según los informes, los pacientes con infección confirmada por COVID-19 han tenido una enfermedad respiratoria de leve a grave con síntomas como fiebre, tos y dificultad para respirar. Según el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. - Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades ("CDC"), las autoridades chinas identificaron un brote causado por un nuevo o nuevo coronavirus. El virus puede causar enfermedad respiratoria leve a severa. El brote comenzó en Wuhan, provincia de Hubei, China, y se ha extendido a un número creciente de otros países, incluido Estados Unidos.

### **¿Cómo se propaga COVID-19?**

COVID-19, como otros virus, puede propagarse entre las personas. Las personas infectadas pueden transmitir COVID-19 a través de sus secreciones respiratorias, especialmente cuando tosen o estornudan. Según los CDC, la propagación de persona a persona es más probable entre contactos cercanos (aproximadamente 6 pies). Se cree que la propagación de persona a persona ocurre principalmente a través de gotitas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda, como la gripe y otros patógenos respiratorios. Estas gotitas pueden caer en la boca o la nariz de las personas cercanas o posiblemente ser inhalada a los pulmones.

Actualmente no está claro si una persona puede contraer COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tiene el virus y luego tocarse la boca, la nariz o posiblemente los ojos.

Al evaluar los riesgos potenciales, los empleadores deben considerar si sus trabajadores pueden encontrarse con alguien infectado con COVID-19 en el ejercicio de sus funciones. Los empleadores también deben determinar si los trabajadores podrían estar expuestos a ambientes (por ejemplo, sitios de trabajo) o materiales (por ejemplo, muestras de laboratorio, desechos) contaminados con el virus.

Dependiendo del entorno laboral, los empleadores también pueden confiar en la identificación de personas enfermas que tienen signos, síntomas y/o antecedentes de viaje a áreas afectadas por el COVID-19 que indican una posible infección con el virus. Así pueden identificar los riesgos de exposición para los trabajadores e implementar medidas de control apropiadas.

Hay mucho más que aprender sobre la transmisibilidad, la gravedad y otras características asociadas con el COVID-19 y las investigaciones están en curso.

### **COVID-19 Prevención y controles de prácticas laborales:**

### Responsabilidades del Trabajador

- Lávese las manos con frecuencia usando agua y jabón durante al menos 20 segundos. Cuando no estén disponibles el agua corriente y el jabón, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol. Siempre lávese las manos que estén visiblemente sucias.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude, o use la parte interna del codo.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.
- Mantenga al menos 6 pies de separación de los demás mientras esté en espacios compartidos.
- Evitar el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Los empleados que tienen síntomas (es decir, fiebre, tos o falta de aire) deben notificar a su supervisor y quedarse en casa. **NO VAYAN A TRABAJAR.**
- Los empleados enfermos deben seguir los pasos recomendados por los CDC. Los empleados no deben volver a trabajar hasta que se cumplan los criterios para interrumpir el aislamiento en el hogar, en consulta con los proveedores de atención médica y los departamentos de salud estatales y locales.

### Prácticas Generales en el Sitio de Trabajo y la Oficina

- Limpie y desinfecte objetos y superficies que se tocan con frecuencia, como estaciones de trabajo, teclados, herramientas manuales, teléfonos, pasamanos y manijas de puertas. Las superficies sucias se pueden limpiar con agua y jabón antes de la desinfección. Para desinfectar, use productos que cumplan con los requisitos de la EPA para ser usados contra la cubierta externa del SARS-CoV-2, la causa del COVID-19, y que sean apropiados para la superficie.
- Evite el uso de teléfonos, escritorios, oficinas u otras herramientas y equipos de trabajo de otros empleados cuando sea posible. Si es necesario, límpielos y desinfectelos antes y después de usarlos.
- Limpie y desinfecte las herramientas y equipos de uso frecuente de manera regular.
  - Esto incluye otros elementos del sitio de trabajo cuando sea posible.
  - Los empleados deben hacer lo mismo regularmente en sus áreas asignadas de trabajo.
- Limpie los espacios compartidos, como los remolques y las zonas de descansos y almuerzo al menos una vez al día.
- Desinfecte las superficies compartidas de manera regular (manijas de las puertas, controles de maquinaria, etc.)
- De ser posible, evite compartir herramientas con compañeros de trabajo. Si no, desinfectelos antes y después de cada uso.
- Haga arreglos para que la compañía que arrienda los baños portátiles en el lugar de trabajo los limpie al menos dos veces por semana y los desinfecte en su interior.
- Cualquier basura recolectada del lugar de trabajo debe ser cambiada frecuentemente por alguien que use guantes.
- Además del EPP regular para los trabajadores que participan en diversas tareas (protección contra caídas, cascos, protección auditiva), los empleadores también proporcionarán:

- Guantes: los guantes deben usarse siempre en el lugar de trabajo. El tipo de guante usado debe ser apropiado para la labor y compatible con los materiales manejados durante el trabajo. Cualquier tipo de guante es aceptable, incluso los guantes de látex, si normalmente no se requieren guantes para la tarea. Los guantes no deben ser compartidos.
- Protección para los ojos: la protección para los ojos debe usarse siempre mientras se está en el sitio.