

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

El Distrito Regional de Salud de Spokane (SRHD) recomienda que los lugares de trabajo/negocios consulten regularmente las orientaciones y los requisitos del Departamento de Salud del Estado de Washington (DOH), del Departamento de Labor e Industrias del estado de Washington, de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y de la Oficina del Gobernador de manera de disponer de la información más actualizada. Si tuviera alguna pregunta que no haya sido respondida en estas preguntas frecuentes, envíe un correo electrónico a livingenvironment@srhd.org.

¿Cuánto tiempo tienen que estar ausentes del trabajo los empleados positivos o los contactos cercanos de un empleado positivo?

Una persona con COVID-19 confirmado puede volver al trabajo después que:

- Hayan pasado al menos 10 días desde la aparición de los síntomas (o desde la fecha de la prueba si es asintomático); Y
- Hayan pasado al menos 24 horas desde la resolución de la fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles y la mejora de los síntomas.

Una persona no vacunada que ha estado expuesta al COVID-19 puede volver al trabajo después de que

- Hayan pasado al menos 14 días desde la última exposición a una persona infectada (muy recomendable).
- Se recomienda enfáticamente una cuarentena de 14 días, pero en algunos casos, cuando sea demasiado oneroso, la cuarentena puede terminar después de 10 días sin realizarse pruebas y si no se han presentado síntomas durante el seguimiento diario. Se deben cumplir criterios adicionales:
 - No ha habido ninguna evidencia clínica de COVID-19; y,
 - El autoseguimiento diario de los síntomas debe continuar hasta el día 14 de la cuarentena; y,

- Se aconseja a las personas sobre la necesidad de cumplir estrictamente con el requisito de usar mascarillas y mantener el distanciamiento físico hasta el día 14 de la cuarentena. Deben ser advertidos de que, en caso de desarrollar algún síntoma, deben autoaislarse inmediatamente.

Nota: Es imprescindible la educación sobre los síntomas entre los que se incluyen el dolor de cabeza, la congestión, la fatiga y la diarrea.

- La cuarentena de 10 días no se aplica en determinados entornos de alto riesgo. Se requiere una cuarentena de 14 días en los centros de cuidado a largo plazo, en los entornos del sector de la salud (especialmente cuando la exposición de un trabajador de la salud provenga de un familiar), en los entornos penitenciarios, en los entornos de tratamiento de uso de sustancias o de salud conductual para pacientes hospitalizados, en los refugios para personas sin hogar y en otros entornos de congregación.
- Para mayor información, consulte el documento [“COVID-19 Testing, Quarantine and Return to Work Guidance”](#) [‘Orientación sobre las pruebas, cuarentenas y retorno al trabajo para pacientes de COVID’].
- [Qué hacer si estuvo posiblemente expuesto a alguien con COVID-19](#)
- [¿Qué hacer si ha confirmado o si sospecha que tiene COVID-19?](#)

Las personas totalmente vacunadas no necesitan estar en cuarentena ni someterse a pruebas a menos que presenten síntomas. Se considera que una persona está totalmente vacunada cuando han pasado dos semanas desde que recibió una segunda dosis de la vacuna COVID-19 de dos dosis o cuando han pasado dos semanas desde que recibió una dosis de la vacuna de una sola dosis.

(Cont.)

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

Notas: Debido a las elevadas tasas de incidencia en la comunidad, el SRHD no recomienda la opción de una cuarentena reducida de siete días en caso de que la prueba sea negativa. Revisaremos las pautas cada dos semanas para determinar su pertinencia.

Si la persona que ha estado expuesta a COVID-19 está vacunada, consulte la pregunta “¿Necesitan las personas vacunadas estar en cuarentena después de haber estado en contacto cercano con alguien que se sospecha o se confirma que tiene COVID-19?” para determinar si necesita estar en cuarentena.

¿A quién se considera un contacto cercano?

Alguien que haya estado a menos de 6 pies de distancia de una persona infectada durante un total acumulado de 15 minutos o más en un periodo de 24 horas a partir de 2 días antes de la aparición de la enfermedad (o, en el caso de los pacientes asintomáticos, 2 días antes de la recogida de la muestra para la prueba) hasta el momento en que el paciente sea aislado. Esto es independiente del uso de mascarillas.

Téngase en cuenta que un contacto de un contacto cercano a una persona positiva al COVID no necesita estar en cuarentena. He aquí un ejemplo:

La persona A resultó positiva en la prueba de COVID-19. La persona B tuvo un contacto cercano con la persona A y necesita estar en cuarentena. La persona C tuvo un contacto cercano con la persona B. La persona C no necesita estar en cuarentena y no se considera que haya tenido una exposición, a no ser que la persona B acabe resultando positiva a COVID-19 también.

Consulte “[Contact Tracing Appendices](#)” ([Apéndices de rastreo de contactos](#)) ([cdc.gov](#))

¿Necesitan las personas vacunadas estar en cuarentena después de haber estado en contacto cercano con alguien que se sospecha o se confirma que tiene COVID-19?

Pautas para el personal que no es de atención médica

Las personas vacunadas que hayan estado expuestas a una persona que se sospeche o se confirme que tiene COVID-19 no están obligadas a permanecer en cuarentena si cumplen todos los siguientes criterios:

- Están completamente vacunados (es decir, ≥ 2 semanas después de recibir la segunda dosis de una serie de 2 dosis, o ≥ 2 semanas después de recibir una dosis de una vacuna de dosis única); y
- Han permanecido asintomáticos desde la actual exposición al COVID-19; y
- No son pacientes hospitalizados o residentes en un centro de atención médica. Por favor, tenga en cuenta lo siguiente:
- Las personas totalmente vacunadas que no se mantengan en cuarentena deben permanecer atentas a la aparición de síntomas de COVID-19 durante los 14 días siguientes a la exposición.
- Si se desarrollan síntomas, busque atención médica para el COVID-19, incluyendo realizarse pruebas de SARS-CoV-2, si está indicado.
- Continúe siguiendo todas las recomendaciones en cuanto a los viajes, el uso de mascarillas y el distanciamiento social.
- Los pacientes hospitalizados y residentes vacunados que se encuentran en un entorno de atención médica deben seguir en cuarentena tras una exposición.
(Cont.)

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

Pautas para el personal de atención médica totalmente vacunado

- El personal de atención médica totalmente vacunado con una exposición de mayor riesgo debe ser excluido del trabajo durante 14 días.
- En el marco de las estrategias de contingencia, los trabajadores de la salud asintomáticos con una exposición de mayor riesgo pueden regresar en menos de 14 días, dando prioridad a los que están totalmente vacunados sobre los que no lo están.

¿Cómo puedo determinar si mis empleados que resulten positivos al COVID-19 son el resultado de una transmisión en el lugar de trabajo o no?

Se considera que la transmisión en el lugar de trabajo se ha producido cuando se dan las siguientes circunstancias:

- Dos o más empleados positivos, Y
- Al menos dos casos se inician dentro de un lapso de 14 días entre sí, Y
- Existe una relación epidemiológica plausible en el lugar de trabajo (p. ej., los empleados positivos trabajan en el mismo turno o en el mismo edificio, o se benefician de transporte o alojamiento patrocinado por el empleado), Y
- No hay ningún otro vínculo epidemiológico conocido fuera del lugar de trabajo (p. ej., los empleados positivos no comparten un hogar y no hay ningún vínculo epidemiológico que sugiera que la transmisión es más probable que se haya producido durante el uso compartido de vehículos privados o en interacciones sociales fuera del lugar de trabajo).

Situaciones que pueden descartar la transmisión en el lugar de trabajo:

- Que se sepa, ha habido un solo empleado positivo en un lapso de 14 días, o
- Los empleados positivos trabajan en edificios separados (sin compartir baños, salas de descanso u otras áreas comunes), o

- Los empleados positivos trabajan en turnos que no se solapan, o
- Los empleados positivos admiten reunirse fuera del trabajo. Algunos ejemplos son los hogares compartidos, el uso compartido de vehículos privados o las interacciones sociales fuera del trabajo.
- [Orientación para empresas y organizaciones ajenas al sector de la salud durante el COVID-19](#)

Un empleado no vacunado que es clave para nuestras operaciones estuvo expuesto recientemente al COVID-19. ¿Existe alguna alternativa a la cuarentena de 10 o 14 días?

Se recomienda que los patronos que tengan empleados que hayan estado expuestos por contacto al Covid 19 pongan a estos en cuarentena en su casa durante los 14 días posteriores a la última fecha de exposición. Sin embargo, según la proclamación del gobernador, los patronos de las empresas de infraestructuras críticas pueden permitir que los empleados expuestos sigan trabajando si*

- Se considera que este personal no puede ser sustituido y es necesario para el funcionamiento continuo del lugar de trabajo
- El empleado da negativo en las pruebas
- El empleado permanece asintomático
- El empleado lleva puesta una protección facial apropiada
- El empleado practica el distanciamiento físico
- Fuera del lugar de trabajo, el empleado debe seguir en cuarentena en su casa durante 14 o 10 días (dependiendo de las circunstancias)

Para mayor información, consulte [la lista de trabajadores esenciales de infraestructuras críticas de Washington](#).

**Estas directrices son para los trabajadores ajenos al sector de la salud.*

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

¿Cuánto tiempo debe un empleado permanecer alejado del lugar de trabajo si tiene síntomas similares a los del COVID pero no ha tenido una exposición conocida y no ha dado un resultado positivo?

- Siga este diagrama de flujo: [Cuando hacerse la prueba, ponerse en cuarentena y aislarse](#)
- [Evaluación y tratamiento de personas con nuevos síntomas inexplicables de COVID-19](#)

¿Qué hacemos cuando un empleado da positivo?

Los puntos principales son:

- Enviar inmediatamente a casa al empleado infectado.
- Estar familiarizado con [las condiciones de reincorporación al trabajo](#).
- [Limpiar y desinfectar la instalación](#).
- Identificar a los trabajadores o clientes que puedan haber estado expuestos en el trabajo y notificarles respecto a su exposición por escrito, según las directrices de L&I.
- Informar al SRHD si hay dos o más casos positivos en un período de 14 días e informar a L&I dentro de las 24 horas siguientes en caso de producirse brotes de COVID-19 de 10 o más empleados en centros de trabajo de más de 50 empleados.

Para más información, consulte el [“Kit de herramientas para la reanudación de las actividades”](#).

¿Es una persona inmune después de sufrir COVID-19 y recuperarse de ella?

Según los CDC, el riesgo de reinfección es mínimo en los 90 días siguientes a la enfermedad inicial. Después de 90 días desde la infección inicial, la reinfección es una posibilidad. Todas las medidas de prevención, como usar mascarillas, guardar la distancia y mantener la higiene, deben seguir tomándose independientemente de si usted se ha contagiado previamente.

Las recomendaciones actuales de los CDC son las siguientes:

- Una persona que se haya recuperado clínicamente del COVID-19 y que luego sea identificada como un contacto de un nuevo caso dentro de los tres meses siguientes a la aparición de los síntomas de su enfermedad más reciente no necesita ser puesta en cuarentena ni volver a someterse a la prueba del SARS-CoV-2. Sin embargo, si una persona es identificada como un contacto de un nuevo caso tres meses o más después de la aparición de los síntomas, debe seguir las recomendaciones de cuarentena para los contactos.
- Una persona que se haya recuperado clínicamente del COVID-19 y que luego desarrolle nuevos síntomas consistentes con el COVID-19 dentro de los tres meses siguientes a la aparición de los síntomas de su enfermedad más reciente debe someterse a pruebas si no se identifica un diagnóstico alternativo. Una persona que desarrolle nuevos síntomas consistentes con el COVID-19 tres meses o más después del inicio de los síntomas debe seguir las recomendaciones generales.

El Comité Asesor sobre Prácticas de Inmunización (ACIP) recomienda que las personas que han tenido COVID-19 se vacunen. Según el DOH, si se ha infectado recientemente con COVID-19, puede optar por esperar 90 días después de su enfermedad antes de vacunarse. Esto se debe a que las investigaciones sugieren que es menos común reinfectarse con COVID-19 durante los 90 días posteriores a la infección.

Véase [“Pruebas, aislamiento y cuarentena para las personas que se han recuperado de una infección previa por SARS-CoV-2”](#).

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

¿Cuándo hay que acatar las medidas de uso de mascarillas y distanciamiento en el lugar de trabajo?

PARA LOS TRABAJADORES NO VACUNADOS O CUYA SITUACIÓN EN CUANTO A LA VACUNACIÓN SE DESCONOCE

Uso de mascarillas

- Las mascarillas deben llevarse puestas en todo momento en que un empleado no vacunado no esté trabajando solo, incluso cuando se mantenga el distanciamiento.
- Algunos ejemplos de trabajo en solitario son un trabajador solo dentro de la cabina cerrada de una grúa u otro vehículo, una persona sola dentro de una oficina con cuatro paredes y una puerta, un trabajador solo dentro de un cubículo con cuatro paredes (una de ellas con una abertura para la entrada) que son lo suficientemente altas como para bloquear la zona de respiración de cualquier persona que pase por allí, un trabajador solo en el exterior en un campo agrícola, en el bosque o en otra zona abierta sin que se prevea el contacto con otras personas.

Distanciamiento

- En todas las interacciones debe mantenerse en todo momento una separación de seis pies entre todos los empleados (y clientes) no vacunados.
- Cuando el distanciamiento físico estricto no sea factible para una tarea específica, se requieren otras medidas de prevención, como mascarillas de protección, el uso de barreras y la reducción de estas interacciones a sólo cuando sea absolutamente necesario.

PARA LOS TRABAJADORES VACUNADOS

Guía de uso de mascarillas y distanciamiento para las personas vacunadas

- Los empleados totalmente vacunados no tienen que usar mascarilla ni distanciarse físicamente en el trabajo, a menos que lo exija su empleador o la agencia local de salud pública. Las excepciones se detallan a continuación.
- Antes de poner fin a los requisitos de uso de mascarillas y de distanciamiento social, los empleadores deben confirmar que los trabajadores estén totalmente vacunados. El empleador puede hacerlo haciendo que el trabajador firme un documento que certifique su situación en cuanto a la vacunación o que proporcione prueba de la misma.
 - La documentación aceptable incluye una tarjeta de vacunación de los CDC, una foto de la tarjeta, la documentación de un proveedor de atención médica o un certificado firmado presentado por el trabajador o la documentación del sistema de información de vacunación del estado.
- Los empleadores deben poder demostrar que han verificado las estadísticas de vacunación de los trabajadores que no lleven puestas mascarillas o no se mantengan físicamente distanciados. Consulte el enlace de abajo para más información.
 - Las pruebas de verificación de la situación en cuanto a la vacunación deben ponerse a disposición de L&I cuando las solicite.

Los requisitos de uso de mascarillas y distanciamiento que no han cambiado

- Un patrono puede seguir exigiendo a sus clientes y empleados que usen mascarillas.
 - Los patronos deben permitir que los empleados lleven puesta una mascarilla u otro equipo de protección si así lo desean, independientemente de su estado de vacunación.
- (Cont.)

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

- Los empleados que aún no están completamente vacunados (han pasado dos semanas desde que completaron una serie de vacunas de dos dosis o de una sola dosis) o cuyo estado de vacunación se desconoce deben seguir usando mascarillas.
- Las pautas actualizadas respecto al uso de mascarillas no se aplican a los centros de atención médica, a los centros penitenciarios, a los refugios para personas sin hogar, a las escuelas, a las guarderías o a los campamentos de día. [Más información.](#)
- La orden federal que exige el uso de [mascarillas en el transporte público](#) sigue vigente.
- Los patronos no pueden despedir o discriminar a un [empleado que corra un alto riesgo de contraer COVID-19](#) y que solicite arreglos especiales con el fin de protegerlo contra la exposición al COVID-19.
- Los arreglos especiales pueden incluir la provisión de una cobertura facial que incluya una extensión de tela que se fije a todo el borde de la misma (véase la publicación de L&I del Estado de Washington titulada "[What if a worker can't wear a mask](#)" [['Qué pasa si el empleado no puede usar una mascarilla'](#)]), la instalación de una barrera de plexiglás o la provisión de un área de trabajo donde no haya contacto con otras personas.
- [Los empleados totalmente vacunados no tienen que llevar puesta una mascarilla](#) o mantener el distanciamiento social en el trabajo, a menos que su empleador o la agencia local de salud pública lo sigan exigiendo.

Responsabilidades y expectativas de los negocios/organizaciones que involucran a clientes

Según la [guía actualizada para empleadores y negocios emitida por la Gobernación del Estado de Washington sobre el uso de mascarillas para protección contra el COVID-19](#):

- Los clientes están obligados a llevar puestas coberturas faciales, a menos que estén totalmente vacunados o estén exentos de ello, según lo dispuesto en la orden del Secretario de Sanidad sobre coberturas faciales que se encuentra [aquí](#).
- Los comercios deben colocar carteles que sean visibles para los clientes en todas las entradas para informarles de la obligación de llevar puesta una cobertura facial.
- Sin la opción de indagar: Un negocio puede escoger suponer que cualquier cliente que entre al negocio sin cobertura facial está completamente vacunado y se abstendrá de preguntarle al cliente si está vacunado o no.
(Cont.)

Para más información, consulte la guía del Departamento de Trabajo e Industrias del Estado de Washington sobre el uso de mascarillas y el distanciamiento.

¿Qué hacemos cuando un empleado o cliente afirma que tiene una exención respecto al uso de cobertura facial?

Empleado

- Los empleados con un problema médico o de discapacidad que soliciten un arreglo especial para su situación deben proporcionar a su empleador una declaración de arreglo especial de parte de su profesional médico en la que se especifique que no debe usar una cobertura facial o mascarilla debido a su estado de salud actual. Los empleadores no pueden permitir que el empleado trabaje sin mascarilla y sin contar con ninguna otra mitigación o arreglo especial.
(Cont.)

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

- Con la opción de indagar: Un negocio puede escoger detener aquellos clientes que entren al negocio sin cobertura facial e indagar el respecto. En estas circunstancias, si un cliente entra sin llevar puesta una cobertura facial, el negocio puede interactuar con el cliente para asegurarse de que está al tanto del requisito de llevar puesta una cobertura facial y preguntarle si está totalmente vacunado o si está exento de usar una cobertura facial según la orden de la Secretaría de Salud y la Proclamación 20-25.13.
 - Si el cliente indica que está totalmente vacunado y, por lo tanto, exento en virtud de la proclamación, el negocio puede permitirle la entrada sin más preguntas. A un negocio no se le prohíbe ni se le prohibirá por parte de ningún funcionario o agencia gubernamental estatal o local ni por parte del propietario del inmueble solicitar una prueba de vacunación o exigir a un cliente que firme una declaración en la que se indique que está totalmente vacunado.
 - Si el cliente dice que no está totalmente vacunado pero que por lo demás está exento según la proclamación, el negocio puede hacer lo siguiente:
 - Ofrecer un arreglo razonable (una forma alternativa de recibir el servicio, si es factible). Si la persona rechaza los arreglos razonables, niéguesele la entrada a la persona; o
 - Permitir al cliente entrar. Si el cliente se niega a proporcionar información o dice que se niega a llevar una cobertura facial (sin estar exento en virtud de la orden y la proclamación respecto a las coberturas faciales, pero no está dispuesto a llevarla puesta), el negocio debe negarle al cliente la entrada o el servicio (a menos que haya alguna inquietud respecto a la seguridad de los trabajadores). El negocio puede optar por ofrecer una forma alternativa de recibir el servicio, cuando sea factible; Sin embargo, si se rechaza la alternativa, el negocio debe negar la entrada.
(Cont.)
- Los negocios no están obligados a interactuar con un cliente si hay razones para creer que la interacción con el cliente supondría una amenaza para la seguridad de los trabajadores.

Vea también

- Preguntas comunes sobre el coronavirus (COVID-19) en relación con los requisitos de cobertura facial y mascarillas por parte de los trabajadores
- Resumen de los requisitos de cobertura facial de COVID-19 en todo el estado

¿Están los centros de trabajo obligados a informar de los casos de COVID-19 al SRHD?

Sí, de acuerdo con la [Proclamación 20-25.7](#) “Safe Start-Stay Healthy” del gobernador, los lugares de trabajo deben notificar a la jurisdicción sanitaria local en un plazo de 24 horas si sospechan que el COVID-19 se está propagando en el lugar de trabajo, o si el lugar de trabajo tiene conocimiento de dos o más empleados que hayan desarrollado el COVID-19, confirmado o sospechoso, en un período de 14 días. [Más información](#)

¿Cómo informan los centros de trabajo sobre los casos de los empleados?

Envíe un correo electrónico a livingenvironment@srhd.org.

¿Están los lugares de trabajo obligados a cooperar con el personal del SRHD que investiga los casos sospechosos o confirmados de COVID-19?

Sí, de acuerdo con la [Proclamación 20-25.12](#) del gobernador, todos en Washington están obligados a cooperar con las autoridades de salud pública en la investigación de casos, sospechas de casos, brotes y sospechas de brotes de COVID-19 y con la implementación de medidas de control de la infección de acuerdo con la regla de la Junta Estatal de Salud en [WAC 246-101-425](#) (de acuerdo con [RCW 43.20.050](#)).

(Cont.)

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19 en las empresas y lugares de trabajo

Los empleadores, de acuerdo con la [Proclamación 20-25.7](#) "Safe Start-Stay Healthy" del Gobernador y las [orientaciones](#) asociadas, están específicamente obligados a cooperar con las autoridades de salud pública en la investigación de casos, sospechas de casos, brotes y sospechas de brotes de COVID-19; a cooperar con la aplicación de las medidas de control de la infección, que incluyen, entre otras, el aislamiento y la cuarentena y la limpieza de los entornos; y a cumplir con todas las órdenes y directivas de las autoridades de salud pública. La cooperación y el cumplimiento incluyen, pero no se limitan a:

- Devolver las llamadas telefónicas en un plazo de 4 horas;
- Reunirse con los funcionarios de salud pública con prontitud y responder a las preguntas de los funcionarios de salud pública para ayudar a determinar si la transmisión podría estar ocurriendo en el lugar de trabajo y dónde;
- Compartir las listas de empleados con su información de contacto y otros documentos

relevantes, si se solicita;

- Permitir el acceso inmediato y sin restricciones a cualquier lugar e instalación de trabajo, así como a todos los empleados sin que se produzcan amenazas o represalias contra ellos;
- Seguir las recomendaciones de salud pública respecto a las pruebas y a las medidas de control de la enfermedad; y
- Participar en conversaciones respetuosas y productivas sobre las interacciones en materia de salud pública.

¿Cómo puedo ponerme en contacto con el SRHD para recibir orientación y formular preguntas sobre el COVID-19 en el lugar de trabajo?

Póngase en contacto con el Programa de Entorno Vital del SRHD en livingenvironment@srhd.org (preferiblemente) o llame al 324.1560 ext. 4.