

# Reunión de seguridad sobre Cajas de Herramientas Contingencia COVID-19



**SOUTH  
DAKOTA**

## **COVID-19 Member Resources**

**Fecha:** \_\_\_\_\_ **Sitio de Trabajo:** \_\_\_\_\_ **Leader de Discurso** \_\_\_\_\_

**Firma De Asistencia:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**¿Cuáles son los síntomas de COVID-19?**

- Los síntomas de COVID-19 incluyen fiebre / escalofríos y dificultad para respirar, tos o dolor de garganta.

**¿Cómo se propaga COVID-19?**

- Se cree que COVID-19 se propaga principalmente de persona a persona al toser o estornudar. También se puede propagar cuando las personas tocan algo con el virus y luego se tocan la boca o la nariz. Los síntomas generalmente aparecen 7-14 días después de la exposición.

**¿Quién está en mayor riesgo de complicaciones con COVID-19?**

- Las mujeres embarazadas y los niños o adultos con afecciones subyacentes como asma, diabetes, sistema inmunitario debilitado, enfermedad cardíaca y enfermedad renal tienen más probabilidades de tener complicaciones.

**¿Qué tan grave es la enfermedad asociada con COVID-19?**

- La enfermedad ha variado de leve a severa. La mayoría de las personas se han recuperado sin necesidad de tratamiento médico. Sin embargo, se han producido hospitalizaciones y muertes.

**¿Cómo me protejo? ¡Practica una buena higiene!**

- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quédese en casa cuando esté enfermo.
- Cúbrase la tos o estornude con un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura.
- Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia con un spray o toallita de limpieza doméstica.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol. Siempre lávese las manos con agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.

**El estigma lastima a todos al crear más miedo o enojo hacia la gente común en lugar de la enfermedad que está causando el problema.**

Podemos luchar contra el estigma y evitar lastimar a otros brindando apoyo social. Podemos comunicar los hechos de que ser chino o asiático-estadounidense no aumenta las posibilidades de contraer o difundir COVID-19.

**Otros Temas de Seguridad Discutidos:**

---

---