



**DISTRITO ESCOLAR
UNIFICADO DE
WOODLAND**

PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD

(Plan de Continuidad de Servicios)

Año Escolar 2022-2023

Actualizado 10/2022



Tabla de Contenido

- Introducción.....2
- Orientación y directivas de las Agencia de Salud pública y la junta directivas.....2
- Verificación de vacunas para trabajadores en la escuela.....3
- Esfuerzos continuos para minimizar la propagación de Covid-19 en nuestras escuelas.....3-6
- Recomendaciones de aislamiento y cuarentena para el público en general.....7-8
- Póster de Lávate las Manos.....9
- Cubrir laTos.....10
- Pruebas de covid-19 en California: lo que necesita saber.....11

INTRODUCCIÓN

Esta guía fue creada para ser utilizada por el personal, los estudiantes, las familias o los miembros de la comunidad que visitan o trabajan en las instalaciones del Distrito. A medida que el Distrito entre en diferentes fases de reapertura y se publiquen nuevas orientaciones sobre salud y seguridad que sean relevantes para las escuelas, este plan seguirá actualizándose.

Guía y Directrices de las Agencias de Salud Pública

Este documento es el “Plan de Continuidad de Servicios” del Distrito Escolar Unificado Conjunto de Woodland. Este plan es una revisión de nuestro plan de Salud y Seguridad presentado en enero de 2021, noviembre de 2021 y junio de 2022 y refleja la orientación más reciente del Departamento de Salud Pública de California (CDPH), el Departamento de Salud Pública del Condado de Yolo (YCDPH) y las directivas relacionados con la salud y la seguridad ordenados por el Patronato de el Distrito.

[Guía de salud pública de COVID-19 para escuelas K-12 para apoyar el aprendizaje seguro en persona, año escolar 2022-2023](#)

Esta guía tiene como objetivo apoyar el aprendizaje seguro en persona en las escuelas K-12 y mitigar la propagación de COVID-19. Las estrategias de manejo de enfermedades en las escuelas K-12 se guían por el principio de que el aprendizaje seguro y en persona es fundamental para el bienestar y el desarrollo de los estudiantes.

COVID-19 llegó para quedarse, pero hemos aprendido métodos y adquirido herramientas para disminuir su impacto en nuestra salud y bienestar. Las escuelas de California pueden manejar esta enfermedad de manera sostenible y adaptable. En alineación con [SMARTER](#) plan del estado, California continuará brindando recursos, incluidas pruebas de COVID-19 y equipo de protección personal, para respaldar estos objetivos y evitar una interrupción generalizada del aprendizaje en persona.

Además, muchas de las estrategias utilizadas para abordar el COVID-19 pueden proteger a las comunidades escolares de otras enfermedades y apoyar entornos de aprendizaje saludables. En consonancia con la [CDC](#), las escuelas de California deben considerar los enfoques que se describen a continuación como posibles métodos para proteger a los estudiantes y al personal de otros patógenos, alérgenos y contaminantes transportados por el aire (p. ej., humo de incendios forestales).

La guía se basa en el conocimiento científico actual y las tendencias previstas. Está sujeto a cambios, ya que las condiciones de COVID-19 pueden cambiar rápidamente y nuestra respuesta en las escuelas debe seguir siendo ágil y receptiva a los desafíos dinámicos.

A continuación se incluye una lista de orientación actual que informa el desarrollo de nuestras prácticas de salud y seguridad en el año escolar 2022-2023 en relación con la pandemia de COVID-19.

[Guía de salud pública de COVID-19 para escuelas K-12 para apoyar el aprendizaje seguro en persona, año escolar 2022-2023](#) 30 de septiembre de 2022 [Orientación para el Uso de Mascarillas, CDPH](#) 20 de septiembre de 2022

[Pruebas escolares para COVID-19](#) 2 de agosto de 2022

[Normas temporales de emergencia de Cal/OSHA](#): 6 de mayo de 2022

[Árbol de decisión de la escuela del condado de Yolo: persona con COVID positivo en el campus K-12](#) YCDPH, Updated August 24, 2022

Verificación de vacunas para Trabajadores en la Escuela

Actualizado a partir del 17 de septiembre de 2022.

El 17 de septiembre de 2022, se rescindió la Orden del Oficial de Salud Pública del Estado (11 de agosto de 2021) sobre la [Verificación de Vacunas para Trabajadores en las Escuelas](#).

Esfuerzos continuos para minimizar la propagación de Covid-19 en nuestras escuelas

Mantenerse Al Día Con Las Vacunas:

Las vacunas previenen enfermedades al trabajar con las defensas naturales del cuerpo para ayudar a desarrollar inmunidad a las enfermedades de manera segura. Las vacunas no solo brindan protección a nivel individual, sino que una alta cobertura de vacunación reduce la carga de la enfermedad en las escuelas y comunidades y puede ayudar a proteger a las personas que no están vacunadas o a aquellas que pueden no desarrollar una respuesta inmunológica fuerte a partir de la vacunación.

1. Acciones Recomendadas:

- a. California recomienda encarecidamente que todas las personas elegibles [se vacunen contra el COVID19](#) y [se mantengan al día](#) para protegerse y reducir la transmisión del virus.
- b. Además, los niños se han retrasado en recibir otras vacunas durante el transcurso de la pandemia, lo que los coloca a ellos y a sus comunidades en un mayor riesgo de enfermarse de otras enfermedades prevenibles con vacunas. Las escuelas deben revisar los requisitos legales de vacunación para ingresar a las escuelas K–12 y visitar [Shots for School](#) para obtener información.

Optimización De La Calidad Del Aire Interior:

El riesgo de contraer COVID-19 es mayor en entornos interiores con mala calidad del aire. La ventilación y la filtración efectivas pueden frenar la propagación de COVID-19 y otras enfermedades infecciosas. También puede proteger a los estudiantes y al personal de la exposición al humo de los incendios forestales y otros alérgenos y contaminantes transportados por el aire.

1. Acciones recomendadas:

- a. Siga las recomendaciones de [CDPH para mejorar la calidad del aire interior](#) para mitigar el COVID-19 en las escuelas K–12. El personal de mantenimiento de las instalaciones también puede revisar las [consideraciones técnicas](#) (PDF).
- b. En circunstancias en las que la calidad del aire exterior sea deficiente (como el humo de un incendio forestal), se alienta a las escuelas a consultar con los funcionarios de salud locales para determinar el mejor enfoque a seguir. Las consideraciones incluyen el acceso a lo siguiente:

- estrategias de filtración de aire que no dependen de fuentes de aire exterior (p. ej., [purificadores de aire portátiles](#));
- mascarillas de mayor calidad (p. ej., respiradores N95, KN95 o KF94);
- espacios alternativos con mejor calidad del aire para albergar el aprendizaje presencial
- formas alternativas de ir y venir de la escuela; y
- factores epidemiológicos locales de COVID-19 (es decir, estado de cobertura de vacunación, tasas de casos comunitarios).

Para obtener más información, consulte los recursos y la orientación del [Departamento de Educación de California](#) y la [Junta de Recursos del Aire de California](#)

Uso De Mascarillas:

Las máscaras, en particular las [máscaras de alta calidad y que se ajustan bien](#) siguen siendo herramientas altamente efectivas, económicas y dinámicas para protegerse y mitigar la transmisión de COVID-19 y otros patógenos respiratorios.

1. Acciones requeridas:

- a. No se puede impedir que una persona use una máscara como condición para participar en una actividad o ingresar a una escuela, a menos que usar una máscara represente un peligro para la seguridad (por ejemplo, deportes acuáticos).
- b. Las escuelas deben desarrollar e implementar protocolos locales para proporcionar máscaras a los estudiantes que, sin darse cuenta, no la traen a la escuela y desean usar una.

2. Acciones recomendadas:

- a. A menos que los departamentos de salud locales o las agencias educativas locales indiquen lo contrario, los estudiantes y el personal deben seguir la [guía de uso de cubrebocas del CDPH para el público en general](#) así como la guía de uso de cubrebocas para situaciones específicas que se mencionan a continuación (por ejemplo, cuando se tienen síntomas, se infecta o se expone).

Hacerse La Prueba De Covid-19:

Las pruebas siguen siendo una capa de mitigación clave para detectar y frenar la transmisión de COVID-19. Se alienta a las escuelas a garantizar el acceso a las pruebas de COVID-19 para los estudiantes y el personal, en particular para las comunidades vulnerables. Las escuelas deben revisar el apoyo y los recursos que ofrece el [Grupo de trabajo de pruebas de COVID-19 de California](#), así como los disponibles a través de aseguradoras de atención médica, fuentes locales y federales.

1. Acciones Recomendadas:

- a. CDPH recomienda que las pruebas de antígeno se consideren la opción principal para detectar COVID-19 en las escuelas, en comparación con las pruebas PCR. Para obtener más información, consulte el [Marco de evaluación para escuelas K–12](#).

- b. Debido al aumento de los viajes y las interacciones sociales que a menudo ocurren durante las vacaciones escolares, se recomienda que los estudiantes y el personal se hagan la prueba de COVID-19 antes de regresar a la escuela después de las vacaciones principales (por ejemplo, verano, invierno, primavera).

Mantener Las Manos Limpias:

La higiene de manos puede prevenir la propagación de enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19.

1. Acciones recomendadas:

- a. Las escuelas deben enseñar y reforzar el [lavado de manos](#) adecuado para reducir el riesgo de propagar virus, incluido el virus que causa el COVID-19.
- b. Las escuelas deben garantizar suministros adecuados para apoyar los comportamientos de higiene de manos, incluidos jabón, pañuelos desechables, botes de basura sin contacto y desinfectantes de manos con al menos un 60 por ciento de alcohol para el personal y los niños que pueden. Use desinfectante para manos de manera segura. Los desinfectantes para manos se deben almacenar, lejos y fuera de la vista de los niños más pequeños y se deben usar solo con la supervisión de un adulto para niños de 5 años o menos.
- c. Las escuelas deben enseñar y reforzar el cubrirse al [tosar y estornudar](#) para ayudar a evitar que las personas contraigan y propaguen enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19.

Manejo De Personas Con Síntomas:

Quedarse en casa cuando está enfermo puede reducir el riesgo de propagar enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19, a otras personas.

1. Acciones Requeridas:

- a. California requiere que los empleadores brinden licencia por [enfermedad remunerada suplementaria por COVID-19](#) para la mayoría de los trabajadores hasta el 31 de diciembre de 2022. Esto incluye circunstancias en las que los trabajadores experimentan síntomas de COVID-19 y buscan un diagnóstico médico, asisten a una cita de vacunación para ellos o para una familia miembro, y/o si el hijo de un trabajador se está aislando debido a la infección por COVID-19.

2. Acciones Recomendadas:

- a. Se alienta a las escuelas K-12 a desarrollar criterios estándar para el manejo de los estudiantes que desarrollan síntomas de enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19. En la mayoría de las situaciones, cualquier estudiante que desarrolle síntomas nuevos e inexplicables no debe regresar al campus hasta que esté claro que los síntomas son leves y están mejorando o se deben a una causa no infecciosa (por ejemplo, alergias). Esto incluye esperar hasta que hayan pasado 24 horas desde la resolución de la fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles.
- b. Además, si los [síntomas](#) de COVID-19 son preocupantes, se recomienda encarecidamente que los estudiantes usen una máscara y se hagan la prueba de inmediato. Los estudiantes también deben

seguir las [recomendaciones del CDPH](#) para volver a realizar la prueba y/o aislarse si los resultados son positivos.

- c. Las escuelas deben evitar políticas que incentiven asistir a la escuela cuando se está enfermo.

Notificación de la carga de enfermedad de COVID-19 a las autoridades sanitarias locales:

Notificar a las autoridades sanitarias locales sobre la carga de la enfermedad en las escuelas puede acelerar el despliegue de estrategias y recursos adicionales para controlar la enfermedad y contener la transmisión y los brotes.

1. Acciones requeridas:

- a. Las escuelas K–12 deben consultar el Código de Regulaciones de California (CCR) Título 17 [§2500](#) y [§2508](#) para conocer los requisitos de presentación de informes. Tenga en cuenta que 17 CCR §2500 ha sido modificado temporalmente por la [Orden del Oficial de Salud Pública del Estado del 10 de febrero de 2022](#).
- b. Como lugares de trabajo, las escuelas están sujetas a los requisitos de notificación de brotes de COVID-19 en el lugar de trabajo estipulados en [AB 685](#) y [as Normas temporales de emergencia de Cal/OSHA](#).

Gestión De Estudiantes Diagnosticados Con Covid-19:

El manejo oportuno de los estudiantes con COVID-19 puede prevenir una mayor propagación y, en algunos casos, permitir un tratamiento temprano.

1. Acción recomendada:

a. Los estudiantes diagnosticados con COVID-19 deben seguir las recomendaciones enumeradas en la [Tabla 1 \(Personas con COVID-19\)](#) de la guía de CDPH para el público en general, que incluyen quedarse en casa durante al menos 5 días y usar una máscara que se ajuste bien alrededor de otros por un total de 10 días, especialmente en ambientes interiores.

Manejo De Estudiantes Expuestos A Covid-19:

La notificación inmediata a los estudiantes y las familias sobre la exposición a enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19, puede permitir la realización de pruebas rápidas, el tratamiento temprano y la prevención de una mayor propagación.

1. Acciones Recomendadas:

- a. Se recomienda que las familias notifiquen a las escuelas si su hijo tiene COVID-19 y estuvo en la escuela durante el [período infeccioso](#) y que las escuelas a su vez notifiquen a los estudiantes que pasaron más de un total acumulativo de 15 minutos (dentro de un período de 24 horas) en un espacio aéreo interior compartido (por ejemplo, un salón de clases) con alguien con COVID-19 durante su período infeccioso.
- b. En lugar de notificaciones de exposición individual, las escuelas deben considerar proporcionar una notificación general a toda la comunidad escolar durante los momentos de [transmisión comunitaria](#)

elevada de COVID-19. Esta comunicación puede alertar a todos sobre el mayor potencial de exposición al COVID-19 debido a un aumento de casos entre los miembros de la escuela y la comunidad, y recordarles a todos que deben controlar los síntomas y hacerse la prueba.

- c. Todos los estudiantes con exposición conocida a personas con COVID-19 deben seguir las recomendaciones enumeradas en la [Tabla 2 \(Personas asintomáticas que están expuestas a alguien con COVID-19\)](#) de la guía del CDPH para el público en general. Si permanecen sin síntomas, los estudiantes pueden continuar participando en todos los aspectos de la educación K-12, incluidos los deportes y las actividades extracurriculares. Como se recomienda en la [Tabla 2](#), deben usar una máscara que se ajuste bien alrededor de los demás durante un total de 10 días y hacerse la prueba de 3 a 5 días después de la última exposición.

Manejo De Brotes De Covid-19:

CDPH continuará apoyando a los funcionarios locales de salud y educación en el manejo de [brotes sospechosos o confirmados](#) de COVID-19.

1. Acciones Recomendadas:

- a. Las interrupciones generales del aprendizaje en persona, como el cierre temporal de escuelas o salones de clase, debido al COVID-19 deben seguir siendo un último recurso y considerarse solo después de que se hayan agotado todos los recursos disponibles, y solo después de consultar con los funcionarios de salud locales.
- b. Se recomienda a los funcionarios locales de salud pública que se [comuniquen con el CDPH](#) para obtener más información sobre los recursos de consulta, prueba y vacunación para apoyar el manejo de los brotes de COVID-19.

Instalaciones De Limpieza:

En general, la limpieza de rutina es suficiente para eliminar suficientemente el virus que causa el COVID-19 de las superficies. Si se usan desinfectantes, usar [productos seguros para el asma](#).

1. Acción recomendada:

- a. Los bebederos pueden estar abiertos y utilizados por los estudiantes y el personal. Se recomienda una limpieza de rutina.

Recomendaciones De Aislamiento Y Cuarentena Para El Público En General

Todas Las Personas Con Síntomas De Covid-19, Independientemente Del Estado De Vacunación O Infección Previa, Deben:

- Aíslese y realice la prueba lo antes posible para determinar el estado de la infección. Saber que uno está infectado temprano durante el autoaislamiento permite (a) un acceso más temprano a las opciones de tratamiento, si están indicadas (especialmente para aquellos que pueden estar en riesgo

de una enfermedad grave), y (b) notificación de personas expuestas (contactos cercanos) que también pueden beneficiarse al saber si están infectados.

- Para las personas sintomáticas que dieron positivo en los 90 días anteriores, se prefiere usar una prueba de antígeno.
- Permanezca aislado mientras espera los resultados de las pruebas. Si no se hacen la prueba, deben continuar aislándose durante 10 días después del día del inicio de los síntomas y, si no pueden aislarse, deben usar una mascarilla bien ajustada durante 10 días.
- Considere continuar con el autoaislamiento y volver a realizar la prueba con un antígeno o una prueba de PCR en 1 o 2 días si la prueba de antígeno da negativo, especialmente si la prueba se realiza durante los primeros 1 o 2 días de síntomas.
- Continúe con el autoaislamiento si el resultado de la prueba es positivo, siga las acciones recomendadas a continuación (Tabla 1) y comuníquese con su proveedor de atención médica acerca de los tratamientos disponibles si los síntomas son graves o si tiene un alto riesgo de enfermedad grave o si tiene alguna pregunta sobre su atención.

Tabla 1: Personas Que Deben Aislar

| Personas que prueban Positivo para COVID-19 | Acciones Recomendadas |
|---|---|
| <p>Todos, independientemente del estado de vacunación, infección previa o ausencia de síntomas.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● Quédese en casa (PDF) durante al menos 5 días después del inicio de los síntomas (o después de la fecha de la primera prueba positiva si no hay síntomas). ● El aislamiento puede terminar después del día 5 si los síntomas no están presentes o se están resolviendo y una muestra de diagnóstico*recolectada el día 5 o más tarde da negativo. ● Si no puede realizar la prueba, elige no realizar la prueba o da positivo el Día 5 (o más tarde), el aislamiento puede finalizar después del Día 10 si no tiene fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. ● Si hay fiebre, se debe continuar el aislamiento hasta 24 horas después de que se resuelva la fiebre. ● Si los síntomas, además de la fiebre, no se resuelven, continúe aislándose hasta que los síntomas se resuelvan o hasta después del día 10. Si los síntomas son graves, o si la persona infectada tiene un alto riesgo de enfermedad grave, o si tiene preguntas sobre la atención, las personas infectadas deben comunicarse con su proveedor de atención médica para conocer los tratamientos disponibles. |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Según la guía de uso de máscaras del CDPH, las personas infectadas deben usar una máscara que se ajuste bien alrededor de otras personas durante un total de 10 días, especialmente en entornos interiores (consulte la sección sobre máscaras a continuación para obtener información adicional). <p><u>*Se prefiere la prueba de antígeno.</u></p> |
|--|--|

Tabla 2: Contactos Cercanos - Público en General (Sin Cuarentena)

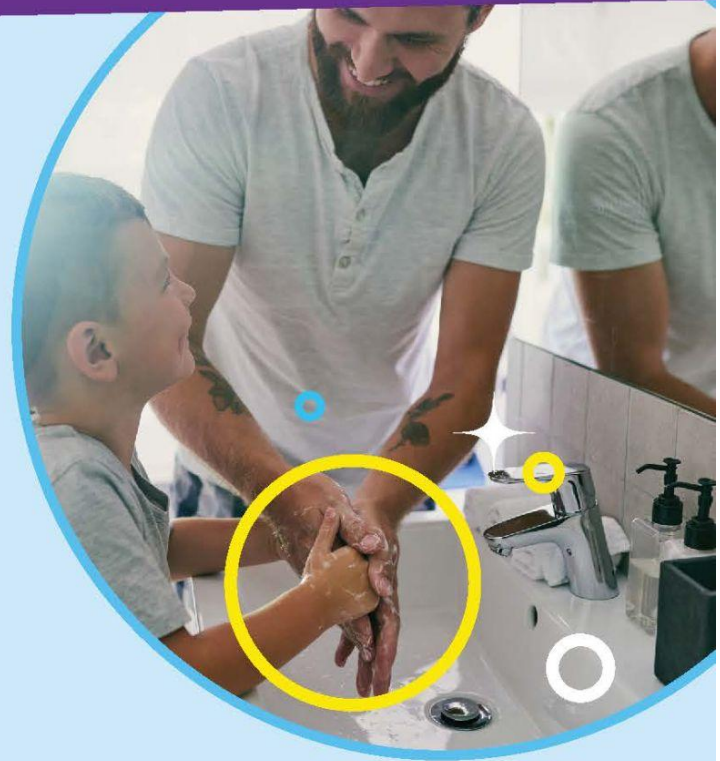
| Personas asintomáticas que son Expuesto a alguien con COVID-19 (sin cuarentena) | Acciones Recomendadas |
|--|---|
| <p>Todos, independientemente del estado de vacunación.</p> <p>Las personas infectadas dentro de los 90 anteriores no necesitan ser examinadas, puestas en cuarentena o excluidas del trabajo a menos que desarrollen síntomas.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● Pruebe dentro de 3-5 días después de la última exposición. ● Según la guía de uso de máscaras del CDPH, los contactos cercanos deben usar una máscara que se ajuste bien alrededor de otras personas durante un total de 10 días, especialmente en ambientes cerrados y cuando estén cerca de personas con mayor riesgo de contraer la enfermedad grave de COVID-19 (consulte la sección sobre máscaras a continuación para obtener información adicional) . ● Se recomienda encarecidamente que se vacune o se refuerce. ● Si se desarrollan síntomas, realice la prueba y quédese en casa (consulte la sección anterior sobre personas sintomáticas), Y ● Si el resultado de la prueba es positivo, siga las recomendaciones de aislamiento anteriores (Tabla 1). |

En algunos lugares de trabajo, los empleadores están sujetos a la Norma de [enfermedades transmisibles por aerosoles \(ATD\) de Cal/OSHA](#) y deben consultar esas reglamentaciones para conocer los requisitos aplicables adicionales.

¡Detenga los microbios! Lávese las manos

¿CUÁNDO?

- Después de ir al baño.
- Antes, durante y después de preparar alimentos.
- Antes de comer.
- Antes y después de cuidar a alguien que tenga vómitos o diarrea.
- Antes y después de tratar cortaduras o heridas.
- Después de cambiarle los pañales a un niño o limpiarlo después de que haya ido al baño.
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Después de tocar animales, sus alimentos o sus excrementos.
- Después de manipular alimentos o golosinas para mascotas.
- Después de tocar la basura.



¿CÓMO?



Mójese las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y enjabónese las manos.



Frótese las manos con el jabón hasta que haga espuma. Asegúrese de frotarse la espuma por el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.



Restriéguese las manos durante al menos 20 segundos. ¿Necesita algo para medir el tiempo? Tararee dos veces la canción de “Feliz cumpleaños” de principio a fin.



Enjuáguese bien las manos con agua corriente limpia.



Séquese las manos con una toalla limpia o al aire.

Mantener las manos limpias es una de las cosas más importantes que podemos hacer para detener la propagación de microbios y mantenernos sanos.

LA VIDA ES MEJOR CON LAS

MANOS LIMPIAS



www.cdc.gov/lavadodemanos

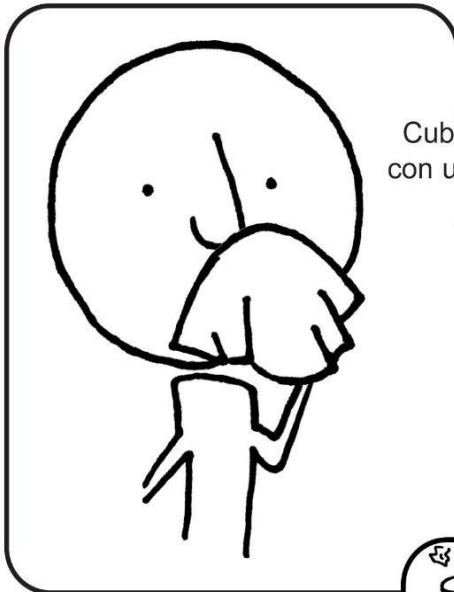


Este material fue elaborado por los CDC. La campaña La Vida es Mejor con las Manos Limpias es posible gracias a una asociación entre la Fundación de los CDC, GOJO y Staples. El HHS y los CDC no respaldan productos, servicios ni empresas comerciales.

CS310027-B

¡Pare la propagación de gérmenes que lo enferman a usted y a otras personas!

Cubra SU tos



Cubra su boca y nariz
con un kleenex cuando
tosa o estornude

o
tosa o estornude en la
manga de su camisa,
no en sus manos.

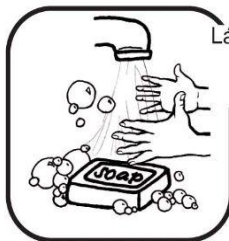


Deseche el kleenex
sucio en un basurero.



Quizás le pidan ponerse una
mascarilla quirúrgica para
proteger a otras personas.

Lávese
las
manos
después de toser o estornudar.



Lávese las manos con
jabón y agua tibia
por 20 segundos

o
límpielas con un
limpiador de manos
a base de alcohol.



Pruebas de COVID-19 en California – Lo que necesita saber



Hágase la prueba en casa y mantenga seguros a sus amigos, familiares y comunidad.

¿Cuándo debo hacerme la prueba de COVID-19?

1. Si tiene **síntomas** de COVID-19,
 - Hágase la prueba de inmediato, incluso si está vacunado.
 - Si su prueba da negativo, pero sigue con síntomas, vuelva a realizar la prueba después de 24-48 horas. A veces, una prueba no puede detectar el virus al principio de la infección y la prueba puede dar positivo unos días después.
2. Si ha tenido **contacto cercano** con alguien con COVID-19,
 - Hágase la prueba al saber que estuvo expuesto y 3 a 5 días después de la exposición, aún si no tiene síntomas.
 - Hágase la prueba de inmediato si tiene síntomas.
3. Considere hacerse la prueba antes y 3 a 5 días después de una **reunión, un evento grande o un viaje**, especialmente si estará alrededor de **personas con mayor riesgo** (adultos mayores, inmunodeprimidos, personas no vacunadas).

¿Dónde puedo obtener una prueba casera?

1. Obtenga pruebas GRATUITAS con seguro médico en su farmacia local (en la tienda o en línea):
 - Medical o Medicare – lleve su tarjeta a una ventanilla de la farmacia.
 - Seguro médico privado – póngase en contacto con su compañía de seguros para pruebas gratuitas o reembolso.
2. Cómprela en su farmacia local (en la tienda o en línea). Las pruebas suelen costar alrededor de \$10 cada una.

¿Dónde más puedo hacerme la prueba?

Encuentre un [sitio de pruebas en línea](#) o llame al (833) 422-4255 o 211.

¿Qué pasa si mi prueba da positivo?

Tiene COVID-19. Comuníquese con un proveedor de atención médica para ver si es elegible para los [tratamientos de COVID-19](#) para prevenir síntomas graves, hospitalización y muerte. Siga las [recomendaciones para evitar propagar la enfermedad a otras personas](#). Reporte su prueba positiva en canotify.ca.gov.

Si tiene síntomas graves llame al 911 o acuda al hospital más cercano.

¿Qué pasa si no puedo trabajar debido a COVID-19?

Si no puede trabajar porque tiene COVID-19 o estuvo expuesto, puede [presentar un reclamo de seguro por discapacidad \(DI\)](#). Si no puede trabajar porque está cuidando a un miembro de su familia que tiene COVID-19, puede [presentar un reclamo de Permiso Familiar Pagado \(PFL\)](#). Ambos reclamos deben tener una nota de un proveedor de atención médica.

El COVID-19 puede sentirse como un resfriado, alergia o influenza e incluye los siguientes síntomas:

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Dificultad para respirar o falta de aire
- Fatiga
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida del gusto o del olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal
- Náusea o vómitos
- Diarrea



Escanee el código QR para ver los enlaces interactivos en este folleto.



Septiembre 2022 • © 2022, Departamento de Salud Pública de California

Fin del Documento