

COVID-19: Síntomas, precauciones de seguridad, y recursos para los campesinos

¿Qué es COVID-19?

El COVID-19 es una enfermedad infecciosa que se propaga a través de gotículas cuando una persona infectada tose, estornuda, habla, o respira.



Fiebre o escalofríos
(más alta de 100.4°F/38°C)



Tos seca



Pérdida reciente del olfato o el gusto



Náuseas o vómitos



Sentir que le falta el aire o dificultad para respirar



Dolores musculares y corporales



Sore throat



Dolor de cabeza



Diarrea



Fatiga



Congestión o moqueo

SÍNTOMAS COMUNES

no todos manifiestan síntomas

Llame al 911

si los síntomas empeoran o ponen la vida en peligro



Dolor o presión persistente en el pecho



Dificultad para respirar grave

Confusión o incapacidad de despertarse o permanecer



Coloración azulada en los labios o el rostro



¿Dónde hacerse la prueba del COVID-19?

Pruebas

Encuentre la ubicación de pruebas más cercana a usted:
1-888-634-1233 o
covid19.ca.gov/get-tested

Sin seguro médico o tiene Medi-Cal

Pacientes sin seguro médico o pacientes de Medi-Cal sin plan médico, llamen a la línea de atención 24/7 Medi-Nurse line:
1-877-409-9052

Acceso a la atención

Para ayuda con obtener atención médica y seguro médico, llame al
1-888-804-3636 o
TTY 1-877-735-2929

Usted es elegible para pruebas gratuitas del COVID-19 y vacunas sin importar su estatus migratorio. La prueba del COVID-19 y el tratamiento no se consideran carga pública.

PROTÉJASE USTED, SU FAMILIA, Y SUS COMPAÑEROS



Use un cubrebocas sobre su nariz y boca



Mantenga su distancia de otros



Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua



Vacúnese



Manténgase Seguro

EN EL TRABAJO

Su empleador debe:

Ajustar el trabajo para promover la distancia física



Informarle si usted ha sido expuesto en el trabajo y ofrecerle pruebas gratuitas



Proveerle un cubrebocas gratis

Limpiar y desinfectar el lugar de trabajo



Promover lavarse las manos

EN CASA

Evite las reuniones y siempre use un cubrebocas alrededor de gente con la que no vive



Use un cubrebocas y baje las ventanas en los vehículos



Limpie y desinfecte superficies y objetos que se tocan frecuentemente (vehículos, teléfonos, perillas)



Las Vacunas Contra el COVID-19 Son Seguras

Las vacunas le enseñan al cuerpo a defenderse al crear defensas contra los virus.

Las vacunas son gratuitas para todos sin importar su estatus migratorio.

Efectos secundarios leves tales como dolor o hinchazón en el sitio de la inyección, sentirse cansado, dolor de cabeza, o escalofríos son normales. Esto es una señal que su sistema inmune esta aprendiendo a defenderse. Los efectos secundarios suelen durar menos de 2 días, y son menos severos que la enfermedad en si.

Las vacunas NO causan el COVID-19, ni cambian su ADN, ni causan infertilidad.

Después de vacunarse, continúe a usar mascarilla, mantenga la distancia física, y lávese las manos frecuentemente.

Averigüe cuando puede vacunarse al llamar a **My Turn Hotline: 1-833-422-4255**



UCLA
Labor Occupational Safety & Health Program



UCDAVIS
Western Center for Agricultural Health and Safety

