

March 25, 2022

To: Multnomah County Employers*,
From: Multnomah County Health Department

Re: COVID-19 Return to Work Recommendations

Thank you for everything you are doing to make sure your employees are well, and helping lower the risk of spreading COVID-19 to others at the workplace. We truly appreciate all your efforts to modify your business practices.

To lower COVID-19 risk and keep businesses open, we want to remind you that employees with COVID-19 may return to work if:

- It has been at least 5 days since their symptoms started or 5 days from their positive COVID test if they never had any symptoms, AND
- Their COVID-19 symptoms are mild, improved, and they *are feeling well enough to perform their work duties*, AND
- It has been at least 24 hours since they have had a fever without the use of fever-reducing medication, AND
- They are able to wear a well-fitted mask around other people for 5 additional days

As long as the employee is feeling well, the risk of being contagious goes down significantly after the first few days of infection, so returning to work after five days markedly decreases the chance of passing the virus on. However, **the employee must wear a well-fitted mask at all times around other people for 5 additional days and monitor symptoms for the full 10 days**. If the employee is unable to wear a well-fitted mask around others for an additional 5 days, they must continue to stay home for the full 10 days.

People with COVID-19 symptoms, regardless of whether they are able to get a test, should stay home from work and other activities for at least 5 days and follow all isolation guidance. Even if they test negative for COVID-19, they should complete their isolation to avoid spreading any illness to others. False negatives are more common with Omicron.

The Multnomah County Health Department and the Oregon Health Authority specifically discourage employers from requiring proof of a negative COVID-19 test for employees to return to work. This practice does not lower the risk of COVID transmission. Employees can return to work when they have met the criteria listed above to end their isolation or quarantine.

Your employee who had COVID-19 may print this letter out to serve the purpose of:

1. Showing proof that they can return to work as long as they meet the criteria above, and/ or
2. Showing proof that employers do not need to request a negative COVID-19 test from employees who tested positive for the virus. This letter can be found online at <https://multco.us/file/90264/download>.

More details about COVID-19 in the workplace can be found in these resources:

- **If an employee tests positive:** multco.us/covid-positive-employee
- **Did you test positive for Covid-19:**
<https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-positive-test>
- **Workplace outbreak guide:**
<https://sharesystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le3927.pdf>
- **Business tools and guidance:** multco.us/covid-business-guidance
- **General CDC guidance for employers:**
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html>

*Employees of long-term care facilities, schools, childcare, and other special settings where employees work with vulnerable individuals should follow the testing, isolation, and quarantine guidance provided to them by their licensor or local health department.

Returning to Work for Those Who Have Had COVID-19

If your employee **had symptoms** from COVID-19, they may return to work if they respond “Yes” to questions **1-3 and 5** below:

1. Has it been more than 5 days since your symptoms started?

Yes, it has been more than 5 days since my symptoms started. Date symptoms started: _____

No, it has not been more than 5 days since my symptoms started

2. Have your symptoms improved and you are now only mildly ill and well enough to work?

Yes my symptoms have improved and I am feeling well enough to work

No my symptoms have not improved

3. Has it been more than 24 hours since your last fever of 100.4F (38C) or more without the use of fever-reducing medications?

Yes, it has been more than 24hrs since I had a fever without fever-reducing medications

No, it has not been more than 24hrs since I had a fever

If your employee **never had symptoms** of COVID-19, they may return to work if they respond “Yes” to **questions 4 and 5**:

4. Has it been more than 5 days since you had a COVID-19 positive test result?

Yes, it has been more than 5 days since I tested positive for the COVID-19 virus.
Date of positive test: _____

No, it has not been more than 5 days, since I tested positive for the COVID-19

5. Are you able and willing to wear a mask for an additional 5 days, at all times, around others?

Yes

No

Name _____

Employee Signature _____

25 de marzo de 2022

Para: Empleadores del condado de Multnomah*,
De: Departamento de Salud del Condado de Multnomah

Re: Recomendaciones para el regreso al trabajo por COVID-19

Gracias por todo lo que está haciendo para asegurarse de que sus empleados estén bien y ayudar a reducir el riesgo de propagar el COVID-19 a otras personas en el lugar de trabajo. Realmente apreciamos todos sus esfuerzos para modificar sus prácticas comerciales.

Para reducir el riesgo de COVID-19 y mantener los negocios abiertos, queremos recordarle que los empleados con COVID-19 pueden regresar al trabajo si:

- Han pasado al menos 5 días desde que comenzaron los síntomas o 5 días desde que dieron positivo en la prueba de COVID si nunca tuvieron síntomas, Y
- Sus síntomas de COVID-19 son leves, han mejorado y se sienten lo suficientemente bien como para realizar sus tareas laborales, Y
- Han pasado al menos 24 horas desde que tuvo fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles, Y
- Pueden usar una máscara bien ajustada alrededor de otras personas durante 5 días adicionales

Siempre que el empleado se sienta bien, el riesgo de contagio disminuye significativamente después de los primeros días de infección, por lo que regresar al trabajo después de cinco días disminuye notablemente la posibilidad de transmitir el virus. Sin embargo, **el empleado debe usar una máscara bien ajustada en todo momento alrededor de otras personas durante 5 días adicionales y controlar los síntomas durante los 10 días completos.** Si el empleado no puede usar una máscara bien ajustada alrededor de otras personas durante 5 días adicionales, debe permanecer en casa durante los 10 días completos.

Las personas con síntomas de COVID-19, independientemente de si pueden hacerse una prueba, deben quedarse en casa y no ir al trabajo ni a otras actividades durante al menos 5 días y seguir todas las pautas de aislamiento. Incluso si dan negativo para COVID-19, deben completar su aislamiento para evitar contagiar cualquier enfermedad a otros. Los falsos negativos son más comunes con Omicron.

El Departamento de Salud del Condado de Multnomah y la Autoridad de Salud de Oregón no aconsejan a los empleadores que soliciten prueba de una prueba negativa de COVID-19 para que los empleados regresen al trabajo. Esta práctica no reduce el riesgo de transmisión de COVID. Los empleados pueden regresar al trabajo cuando hayan

cumplido con los criterios enumerados anteriormente para finalizar su aislamiento o cuarentena.

Su empleado que tuvo COVID-19 puede imprimir esta carta para cumplir con el propósito de:

1. Mostrar pruebas de que pueden volver a trabajar siempre que cumplan con los criterios anteriores, y/o
2. Mostrar prueba de que los empleadores no necesitan solicitar una prueba negativa de COVID-19 a los empleados que dieron positivo por el virus. Esta carta se puede encontrar en línea en <https://multco.us/file/90264/download>.

Se pueden encontrar más detalles sobre COVID-19 en el lugar de trabajo en estos recursos:

- **Si un empleado da positivo:** multco.us/covid-positive-employee
- **Dio positivo por Covid-19:** <https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-positive-test>
- **Guía de brotes en el lugar de trabajo:**
<https://sharesystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le3927.pdf>
- **Herramientas comerciales y orientación:** multco.us/covid-business-guidance
- **Guía general de los CDC para empleadores:**
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html>

*Los empleados de centros de atención para personas mayores o lugares similares, escuelas, guarderías y otros entornos especiales donde los empleados trabajan con personas vulnerables deben seguir las pautas de prueba, aislamiento y cuarentena que les brindó su licenciante o el departamento de salud local.

Regreso al trabajo para aquellos que han tenido COVID-19

Si su empleado **tuvo síntomas** de COVID-19, puede regresar a trabajar si responde "Sí" a las preguntas **1-3 y 5** a continuación:

1. ¿Han pasado más de 5 días desde que comenzaron sus síntomas?

Sí, han pasado más de 5 días desde que comenzaron mis síntomas. Fecha de inicio de los síntomas: _____

No, no han pasado más de 5 días desde que comenzaron mis síntomas

2. ¿Han mejorado sus síntomas y ahora solo está levemente enfermo y se siente lo suficientemente bien como para trabajar?

Sí, mis síntomas han mejorado y me siento lo suficientemente bien como para trabajar

No mis síntomas no han mejorado

3. ¿Han pasado más de 24 horas desde su última fiebre de 100.4F (38C) o más sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre?

Sí, han pasado más de 24 horas desde que tuve fiebre sin medicamentos antifebriles

No, no han pasado más de 24 horas desde que tuve fiebre

Si su empleado **nunca tuvo síntomas** de COVID-19, puede regresar a trabajar si responde "Sí" a las **preguntas 4 y 5**:

4. ¿Han pasado más de 5 días desde que tuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19?

Sí, han pasado más de 5 días desde que di positivo por el virus COVID-19. Fecha de la prueba positiva: _____

No, no han pasado más de 5 días desde que di positivo por el COVID-19

5. ¿Puede y está dispuesto a usar una máscara durante 5 días adicionales, en todo momento, con otras personas?

Sí

No

Nombre _____

Firma del empleado _____