

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](https://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](https://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 \_\_\_\_\_