

TOOLBOX SAFETY TALK



INTRODUCTION

1. Review any accidents or “near accidents” from the past week.
2. Describe the hazards of the work as they relate to your project. Explain or show the SAFE way of doing the job.
3. Give the TOOLBOX SAFETY TALK.

CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19) AWARENESS

What is COVID-19?

Coronaviruses are a large family of viruses that cause respiratory issues. Coronaviruses are named for their appearance: Under the microscope, the viruses look like they are covered with pointed structures that surround them like a corona, or crown. There are several kinds of coronaviruses; some of them can cause colds or other mild respiratory (nose, throat, lung). The newly identified type of coronavirus is called COVID-19.

What are the symptoms of COVID-19?

COVID-19 symptoms include:

- Cough
- Fever
- Shortness of Breath

In some cases, the virus can lead to severe respiratory problems leading to pneumonia in both lungs, multi-organ failure, or death.

Emergency warning signs include but are not limited to:

- Difficulty breathing or shortness of breath
- Persistent pain or pressure in the chest
- New confusion or inability to arouse
- Bluish lips or face

If you develop emergency warning signs for COVID-19, get medical attention immediately.

TOOLBOX SAFETY TALK



How quickly will you be able to see symptoms?

Patients typically begin to show symptoms of the virus within 2-14 days of contact with the virus.

Some symptoms of COVID-19 overlap with those of the common cold, allergies, and the flu, which can make it tricky to diagnose without a test.

COVID-19 Compared to Other Common Conditions

Symptom	COVID-19	Common Cold	Flu	Allergies
Fever	Common	Rare	Common	Sometimes
Dry Cough	Common	Mild	Common	Sometimes
Shortness of Breath	Common	No	No	Common
Headaches	Sometimes	Rare	Common	Sometimes
Aches and Pains	Sometimes	Common	Common	No
Sore Throat	Sometimes	Common	Common	No
Fatigue	Sometimes	Sometimes	Common	Sometimes
Diarrhea	Rare	No	Sometimes*	No
Runny Nose	Rare	Common	Sometimes	Common
Sneezing	No	Common	No	Common

*Sometimes for children

Sources: CDC, WHO, American College of Allergy, Asthma and Immunology

How does COVID-19 spread?

The virus is thought to spread mainly between people who are in close contact with one another (within about 6 feet) through respiratory droplets produced when an infected person coughs or sneezes.

It also may be possible that a person can get COVID-19 by touching a surface or object that has the virus on it and then touching their own mouth, nose, or possibly their eyes, but this is not thought to be the main way the virus spreads.

How can you protect yourself and others from COVID-19?

- Wash your hands as often as you can with soap and water for at least 20 seconds. If soap and water are not available, you can also use an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol.
- Avoid touching your eyes, mouth, and nose with unwashed hands

TOOLBOX SAFETY TALK



- Avoid close contact with people who are sick.
- Cover coughs and sneezes with a tissue, then throw the tissue in the trash
- Clean and disinfect surfaces and objects people frequently touch
- Practice social distancing
 - Social distancing is purposely increasing the physical space between people to avoid spreading illnesses. Staying at least 6 feet away from other people is recommended.
 - Avoid larger crowds and crowded spaces
 - Avoid shaking hands
- Practice self-quarantines
 - Self-quarantine means to stay at home and away from other people as much as possible for 14 days. Health experts recommend two weeks of self-quarantine to provide enough time to know whether a person has symptoms.
 - If you recently returned from another country or have traveled to an area where the COVID-19 virus is quickly spreading, you may have been exposed to an infected person.
 - Self-quarantine involves staying at home, not having visitors, avoiding sharing items like towels and utensils, and washing your hands frequently.

Is there a vaccine or treatment?

Currently, there is no vaccine or antiviral medication for COVID-19. People with COVID-19 can seek medical care to relieve symptoms. Remember, the best way to prevent the virus from infecting you is to take everyday preventative actions, like washing your hands often and avoiding close contact with people who are sick.

TOOLBOX SAFETY TALK



INTRODUCCIÓN:

1. Revise cualquier accidente o “casi accidentes” de la semana pasada.
2. Describa los peligros del trabajo en relación con su proyecto. Explique o muestre la forma SEGURA de hacer el trabajo.
3. Presenta la platica “TOOLBOX SAFETY TALK” caja de herramientas de seguridad.

CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA ENFERMEDAD POR CORONAVIRUS 2019 (COVID-19)

¿Qué es el COVID-19?

Los coronavirus son una gran familia de virus que causan problemas respiratorios. Los coronavirus se llaman así por su aspecto: bajo el microscopio, estos virus parecen estar cubiertos de estructuras puntiagudas que los rodean, como si fuera una corona. Hay varios tipos de coronavirus; algunos pueden causar resfriados u otros problemas respiratorios leves (nariz, garganta, pulmón). El tipo de coronavirus recientemente identificado se llama COVID-19.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas del COVID-19 incluyen los siguientes:

- Tos
- Fiebre
- Dificultad para respirar

En algunos casos, el virus puede provocar graves problemas respiratorios que pueden dar lugar a neumonía en ambos pulmones, a insuficiencia en varios órganos o a la muerte.

Los signos de advertencia de una urgencia incluyen, entre otros, los siguientes:

- Dificultad para respirar o falta de aire
- Dolor o presión persistentes en el pecho
- Confusión o incapacidad repentinas de despertar
- Labios o cara azulada

Si desarrolla señales de advertencia de una urgencia por COVID-19, busque atención médica inmediatamente.

TOOLBOX SAFETY TALK



¿Cuánto tardan en aparecer los síntomas?

Los pacientes suelen empezar a mostrar síntomas del virus a los 2 a 14 días después de estar en contacto con el virus.

Algunos síntomas del COVID-19 son iguales que los del resfrío común, las alergias y la gripe, por eso puede ser difícil de diagnosticar sin una prueba.

El COVID-19 comparado con otras enfermedades comunes

Síntoma	COVID-19	Resfrío Común	Gripe	Alergias
Fiebre	Común	Raro	Común	A veces
Tos Seca	Común	Suave	Común	A veces
Dificultad Para Respirar	Común	No	No	Común
Dolores de Cabeza	A veces	Raro	Común	A veces
Dolores y Malestares	A veces	Común	Común	No
Dolor de Garganta	A veces	Común	Común	No
Fatiga	A veces	A veces	Común	A veces
Diarrea	Raro	No	A veces*	No
Nariz que Gotea	Raro	Común	A veces*	Común
Estornudos	No	Común	No	Común

*A veces en los niños

Fuentes: CDC, OMS, American College of Allergy, Asthma and Immunology

¿Cómo se propaga el COVID-19?

Se cree que el virus se propaga principalmente entre personas que están en contacto cercano entre sí (en un radio de 6 pies o 2 metros) a través de las gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda.

También es posible que una persona pueda contraer el COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus y luego tocarse la boca, la nariz o incluso los ojos, pero no se cree que sea esta la principal forma de propagación del virus.

¿Cómo se puede proteger usted mismo y a los demás del COVID-19?

- Lávese las manos tan a menudo como pueda con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no se dispone de agua y jabón, también se puede utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Evite tocarse los ojos, la boca y la nariz con las manos sucias.

TOOLBOX SAFETY TALK



- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Cuando tosa o estornude, cúbrase con un pañuelo y tírelo después a la basura.
- Limpie y desinfecte las superficies y los objetos que la gente toca con frecuencia.
- Aplique medidas de distanciamiento social.
 - El distanciamiento social consiste en aumentar a propósito el espacio físico entre personas para evitar la propagación de enfermedades. Se recomienda mantenerse al menos a 6 pies (2 m) de distancia de otras personas.
 - Evite las grandes multitudes y los espacios llenos de gente.
 - Evite saludar dando la mano.
- Quédense en cuarentena voluntariamente.
 - La cuarentena voluntaria significa permanecer en casa y lejos de otras personas tanto como sea posible durante 14 días. Los expertos en salud recomiendan dos semanas de cuarentena voluntaria para que pase tiempo suficiente para saber si la persona tiene síntomas.
 - Si ha regresado recientemente de otro país o ha viajado a una zona donde el virus COVID-19 se propaga rápidamente, puede haber estado expuesto a una persona infectada.
 - La cuarentena voluntaria implica quedarse en casa, no recibir visitas, evitar compartir objetos como toallas y utensilios, y lavarse las manos con frecuencia.

¿Existe alguna vacuna o tratamiento?

Actualmente, no hay ninguna vacuna o medicación antiviral para el COVID-19. Las personas con COVID-19 pueden pedir atención médica para aliviar los síntomas. Recuerde que la mejor manera de evitar infectarse con el virus es tomar medidas preventivas diarias, como lavarse las manos a menudo y evitar el contacto cercano con personas enfermas.