

# TRABAJEMOS JUNTOS PARA SEMBRAR ESPERANZA

¡Usemos el  
cubrebocas!



Sigamos las  
guías de salud sobre  
el coronavirus



Vacúnate contra  
el coronavirus



**Una historia sobre cómo los trabajadores del campo enfrentan el coronavirus y siguen las medidas de seguridad para prevenir su propagación.**

Hecho posible por el Departamento de Salud del Estado de Washington

# Introducción a la novela

El COVID-19 ha afectado a todos pero especialmente a los trabajadores del campo. No solamente se trata de nosotros, se trata de proteger nuestras familias y pensar también en quiénes nos rodean.

Todos tenemos un papel importante para terminar con la pandemia. La vacuna nos ayudará a terminar con la pandemia.

Cuando llegue su turno, por favor vacúnese. Siga usando el cubrebocas, manteniendo distancia física y lavándose las manos. Si sigue estos consejos le estará demostrando a sus amigos y familiares lo mucho que los quiere.

Las personas pueden contagiar a otros con el coronavirus antes de mostrar síntomas, e incluso hay personas que nunca tendrán síntomas; por eso es importante seguir las medidas de seguridad.

Es responsabilidad de los empleadores, dueños y encargados de las viviendas establecer reglas de seguridad y prevención sobre el coronavirus. Es responsabilidad de los trabajadores seguir esas reglas.



Trabajadores en grupo



Usar el EPP



Cuidar a los enfermos



Obtener la vacuna



Distancia en carro (3 pies)



Una hora en carro



No mezclar productos

## Los síntomas de COVID-19:



Tos



Fiebre



Escalofríos



Falta de aire

Hola, Jesús.  
Tiene tiempo que no  
te veo.

Espérate, Mario. También  
estoy feliz de verte, pero  
tenemos que guardar la  
distancia. ¡Hazte para allá!

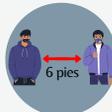
Los trabajadores en viviendas compartidas deben seguir las reglas. No deben visitar a compañeros en otras viviendas.

¡Seis pies!

Es difícil seguir las guías:  
recuerdo que debo abrir  
las ventanas para que  
entre aire fresco.

Sí, la ventilación  
ayuda a sacar el aire  
que puede estar  
contaminado.

Vamos a  
desayunar.



No es tu turno. Hay un horario para usar la cocina para cada grupo.

Mario, tú no estás en nuestro grupo.

Bueno, no olviden limpiar y desinfectar después de que acaben.



Qué pesado es siempre estar limpiando. Debemos apurarnos o el camión nos va a dejar.

Sí, ya limpié y desinfecté todos los lugares que tocamos. ¡Vámonos!

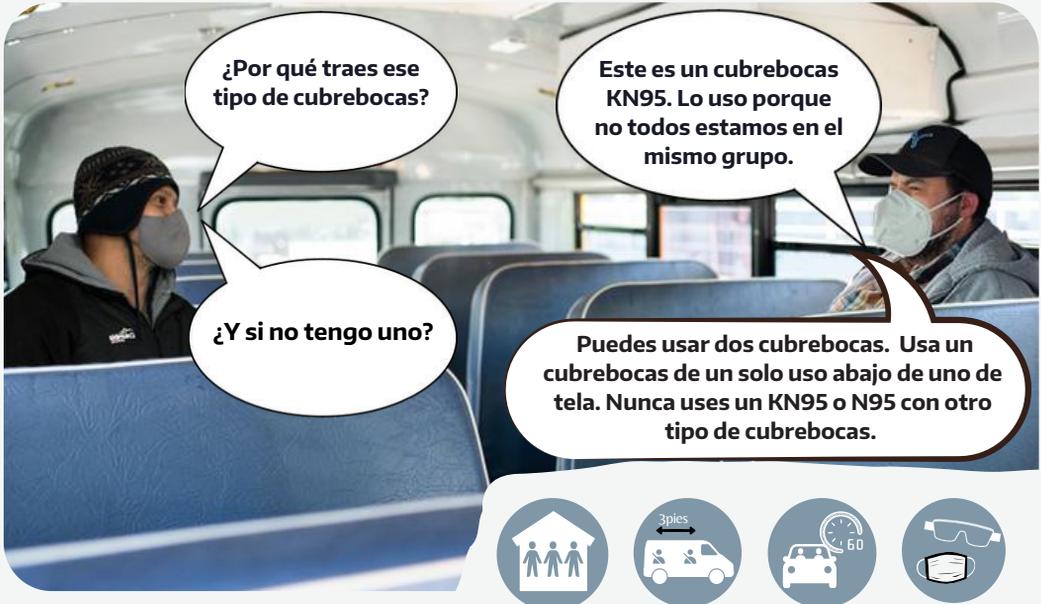


**Todos los trabajadores listos para irse al campo.**



Recuerden que deben sentarse solamente en los asientos asignados y guardar su distancia.

Asegúrese que solamente viaje con las personas de su vivienda. Cuando se pueda, abra las ventanas para que entre aire fresco en el vehículo. Cuando viaje con personas con las que no vive, use el cubrebocas KN95 o N95.



¿Por qué traes ese tipo de cubrebocas?

¿Y si no tengo uno?

Este es un cubrebocas KN95. Lo uso porque no todos estamos en el mismo grupo.

Puedes usar dos cubrebocas. Usa un cubrebocas de un solo uso abajo de uno de tela. Nunca uses un KN95 o N95 con otro tipo de cubrebocas.



Qué bueno que Martha se va ir con su hermana, porque solo podemos ir 2 personas en un carro.

Ojalá y no te moleste sentarte atrás. Lo recomiendan para guardar la distancia.



Tengo que desinfectar el interior del carro como las manillas de la puerta y el volante.



Tengo que desinfectar el camión antes de recoger al otro grupo de trabajadores.



¿Eres nuevo aquí?  
¿Ya recibiste la  
capacitación sobre  
COVID-19?

Sí, pero todavía  
tengo preguntas.

¿A quién le pido un  
cubrebocas cuando  
lo necesite?

Pídeselo al  
mayordomo, él te lo  
tiene que dar por  
ley.



El empleador debe proporcionar entrenamiento sobre las reglas de seguridad para prevenir la propagación del coronavirus. También debe proveer los productos de limpieza y el equipo de protección personal necesarios.

¿Y qué tal si tengo  
preguntas sobre  
las reglas del  
trabajo?

Bueno, el mayordomo  
debe darte esa información.  
También puedes ir a  
recursos humanos para  
pedirles EPP o más  
información.



Oye Jesús, no se te olvide lavarte las manos y recuerda usar el cubrebocas cuando no estás comiendo.

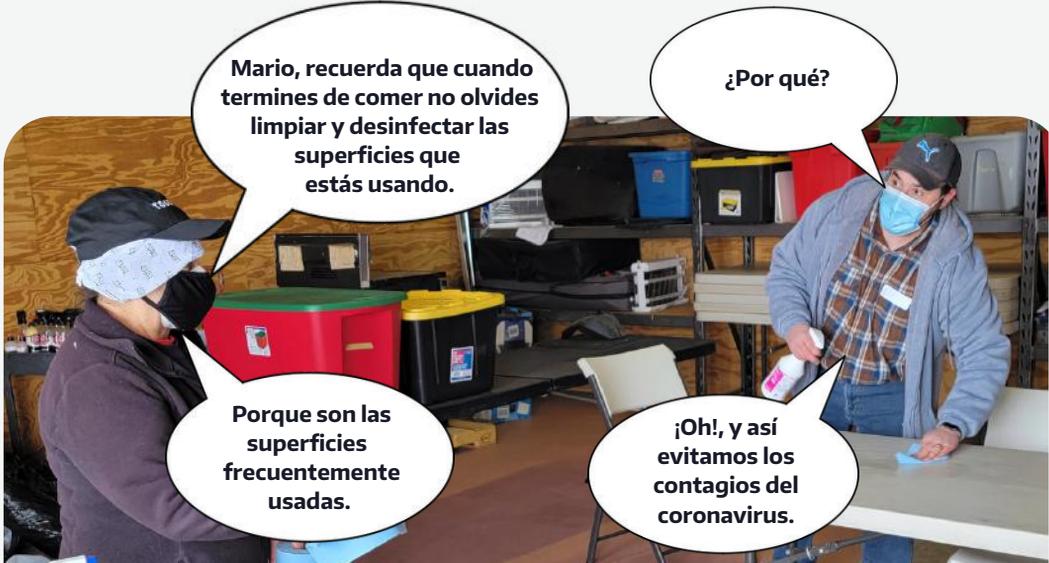
Bueno, pero tú ponte bien el cubrebocas. Debe de tapar la nariz y la barbilla. Esto evita que las gotas de saliva entren o salgan de tu cubrebocas si estás enfermo.

El cubrebocas debe de tener varias capas. También deben de reemplazarse o lavarse diariamente o cuando se moje o humedezca con el sudor.

Oye, no debemos sentarnos todos en la mesa. Hay que guardar la distancia de 6 pies aquí también.

¡Ay, qué delicado!...Pero tienes razón.





Mario, recuerda que cuando termines de comer no olvides limpiar y desinfectar las superficies que estás usando.

¿Por qué?

Porque son las superficies frecuentemente usadas.

¡Oh!, y así evitamos los contagios del coronavirus.

Es importante limpiar y desinfectar las superficies más frecuentemente tocadas como las mesas, manilla de la puerta y las herramientas para prevenir la propagación del coronavirus.



Ya limpié con agua y jabón .

Sí limpiaste, pero es importante desinfectar.

Usa uno de estos productos. Este tiene etanol, este ácido cítrico y este agua oxigenada.

¡Ah! Sí, ya recuerdo que en la etiqueta dice en qué superficies puedes usar el producto.



En la etiqueta del producto dice que debemos dejar mojadas las superficies que estamos desinfectando, de 2 a 3 minutos.

Ok. Deja y abro la puerta para que se ventile el cuarto porque estos químicos son fuertes.



Cuando limpia con agua, jabón y una toalla de microfibra, solamente reduce la cantidad de gérmenes y polvo. Por eso debemos de desinfectar para eliminar el coronavirus. Siempre lea y siga las instrucciones de la etiqueta y use el EPP requerido.

¿Y si solamente tenemos cloro, lo podemos usar para desinfectar?

No se recomienda usarlo, pero si es lo único que tienes, debes seguir las instrucciones de la botella para diluirlo apropiadamente.



Recuerde: No mezcle el cloro y el amoníaco. Esta mezcla causa una reacción química que es dañina para la salud y puede ser mortal.







**Necesita ir al doctor.  
¿Qué debemos hacer?**

**Voy a llamar al doctor,  
porque es la  
responsabilidad del  
empleador hacer arreglos  
para que reciba  
atención médica.**



**Y si no puede trabajar,  
¿cómo le van a pagar?**

**Aquí está la información.  
Es la responsabilidad del  
empleador compartir  
información sobre el permiso  
pagado y beneficios  
en el trabajo.**

**Mientras tanto...**

¿Ya te pusiste la vacuna del coronavirus?

¡Nombre! Nos quieren poner un microchip.

Yo hasta escuché que nos quieren alterar el ADN pero no es cierto.

Mi doctora me explicó que muy poca gente ha tenido efectos secundarios.

La vacuna del coronavirus es una de las herramientas más importante para combatir la pandemia; pero solamente funcionará si todos nos vacunamos.

Si nos ponemos la vacuna, nos ayudará a prevenir los síntomas más serios.

Mi doctora dijo que debemos registrarnos en el enlace: [WA Encuentra Mi Fase.](#)

Te notificarán cuando eres elegible.

¿Tú sabes qué podemos hacer para recibir la vacuna?



## Tiempo después....



Existen diferentes tipos de vacunas que ayudan al cuerpo a combatir el coronavirus. Si suficientes personas se ponen la vacuna, el virus no tiene a donde ir y la comunidad estará mejor protegida.

# R E C U R S O S

La vacuna y las pruebas están disponibles para todos de forma gratuita, sin importar su estado migratorio o si no tiene seguro médico.

## ¿Cómo encuentro un lugar en dónde pueda vacunarme?

Información de COVID-19 en su condado: Llame: 211 o  
Departamento de Salud | 1-800-525-0127

## ¿Cómo sé cuándo me toca la vacuna?

WA Encuentra Mi Fase: <https://form.findyourphasewa.org/210118771253954>

## ¿Dónde puedo hacerme la prueba del coronavirus?

Departamento de Salud | 1-800-525-0127

## ¿Dónde puedo reportar riesgos laborales?

Departamento de Labor e Industrias | 1-800-423-7233, oprima 2 y luego 2

## ¿Dónde llamo para reclamos por lesión y enfermedad?

Departamento de Labor e Industrias | 1-800-547-8367, oprima 2

## ¿Dónde llamo para el permiso de cuidado pagado?

El Departamento para la Seguridad del Empleo | 1-833-717-2273

## ¿Cómo puedo aprender más sobre beneficios para el trabajador?

Proyecto de Justicia del Noroeste del Pacífico | Llamada/texto: 509-225-0026

## ¿Qué hago si me enfermo y me despiden o si me dejan de pagar?

Departamento de Labor e Industrias | (509)735-0111 o (425)258-6372



# Siga todos los requisitos de seguridad contra COVID-19:



✓ Capacitación sobre COVID-19



✓ Distancia de 6 pies



✓ Limpiar y desinfectar



✓ Lavarse las manos



✓ Usar el cubrebocas

## Es la responsabilidad del empleador:

- Establecer reglas
- Capacitar trabajadores
- Proveer equipo de protección personal (EPP) y productos de limpieza
- Aislar y cuidar a los trabajadores enfermos
- Proveer comida, transporte y atención médica
- Proveer información sobre el tiempo pagado y compensación del trabajador.

## Es la responsabilidad de los trabajadores:

- Seguir las reglas del empleador
- Usar cubrebocas y EPP
- Solamente visitar a los trabajadores de su grupo
- Notificar al empleador si tiene síntomas o si está enfermo
- Seguir las recomendaciones de su doctor

## Créditos y agradecimientos



### Patrocinadores

Esta fotonovela fue creada en colaboración con Radio KDNA, WA Growers League, El Proyecto Bienestar, El Centro de PNASH, y El Programa de Difusión Multicultural de Seguridad y Salud (MSHOP) del Dept. de Labor e Industrias del estado de WA

### Escritores

Elizabeth Torres  
Dennise Drury  
Diana Marquez  
Francisco Rios

### Diseño

Idanis Cruz  
Sarah Fish  
Diana Marquez

### Actores

Yahat G, Ernesto R, Francisco T, Carmen M, Maria N, Alma C, Elias C, Francisco S, Sergio M, Diana M.

### Fotos

Rancho: Marquez Farm  
Fotografía: Elizabeth Torres



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 2.0 Generic License.

Contacto: Elizabeth Torres NCEC/Radio KDNA El Proyecto Bienestar  
etorres@kdna.org, 509-854-2222