



Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)

Descargo de responsabilidad: Este sitio web se actualiza con frecuencia. Parte de su contenido puede estar disponible en inglés hasta que se haya traducido todo el contenido.

Lo que deben saber los prácticos acerca del COVID-19

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad respiratoria causada por un virus llamado SARS-CoV-2. [Los síntomas](#) suelen incluir tos, dificultad para respirar, fiebre, escalofríos, dolor muscular, dolor de garganta o pérdida del olfato o el gusto. Nuestra comprensión de cómo se propaga el virus evoluciona a medida que tenemos más información disponible, le sugerimos que visite el [sitio web de los CDC](#) para ver la información más reciente. Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona.

- Entre personas que están [en contacto cercano \(a una distancia de hasta aproximadamente 6 pies\)](#)
- A través de las gotitas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose, estornuda o habla

Estudios recientes indican que el virus puede ser propagado por personas que no presentan síntomas. Podría ser posible que una persona contraiga el COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus y luego se toque la boca, la nariz o posiblemente los ojos. No se cree que esta sea la principal forma en que se propaga el virus, pero aún estamos aprendiendo acerca del virus. Los adultos mayores y las personas de cualquier edad con afecciones subyacentes graves podrían tener un [mayor riesgo de presentar complicaciones más graves](#) a causa del COVID-19.

Como práctico, ¿cómo puedo protegerme y desacelerar la propagación del COVID-19?

Para los prácticos, las fuentes potenciales de exposición incluyen el contacto cercano con un miembro de la tripulación de un barco con COVID-19, y tocarse la nariz, la boca o los ojos después de tocar superficies o manipular objetos que haya tocado una persona con COVID-19.

- Notifique a su asociación de pilotos y quédese en casa si tiene [síntomas](#).
- Siga las [medidas recomendadas por los CDC](#) si está enfermo. No debe volver al trabajo hasta que cumpla los [criterios para suspender el aislamiento en su casa](#), y esta decisión se debe tomar en coordinación con los proveedores de atención médica.
- Siga las [precauciones recomendadas por los CDC](#) y notifique a su asociación de pilotos si se siente bien pero tiene un familiar enfermo en casa con COVID-19.
- Limite el contacto cercano (dentro de los 6 pies) con otras personas cuando sea posible, y considere tomar las siguientes medidas:
 - Use las escaleras externas y realice un recorrido de exposición mínima a cualquier persona a bordo para acceder al puente del buque cuando sea posible.
 - No estreche la mano de nadie a bordo, incluso durante el intercambio de información entre el práctico y el capitán.
 - Recuérdele al capitán del buque que limite la tripulación de la cabina de mando al personal esencial (como la tripulación a cargo de la navegación del buque) mientras el práctico está a bordo.
 - Limite su uso a un solo radar, estación de trabajo, etc.
 - Evite el contacto innecesario con las superficies del puente que se tocan con frecuencia.
 - Considere llevar consigo un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol en todas las misiones de pilotaje y úselo para limpiarse las manos cuando no disponga de agua y jabón para lavárselas.
 - Una vez completada la tarea de cada práctico, [limpie y desinfecte](#) las radios, unidades portátiles de los prácticos, chalecos salvavidas, etc. con un [desinfectante aprobado por la EPA](#) [↗](#) contra el virus que causa el COVID-19. Si no hay ningún desinfectante aprobado por la EPA disponible, se puede utilizar una solución de cloro diluido preparada según la etiqueta del fabricante para tareas de desinfección.
- Los CDC recomiendan usar cubiertas de tela para la cara donde sea difícil mantener otras medidas de distanciamiento social, especialmente en áreas de transmisión significativa en la comunidad. Las cubiertas de tela para la cara pueden evitar que las




especialmente en áreas de transmisión significativa en la comunidad. Las cubiertas de tela para la cara pueden evitar que las personas que no saben que tienen el virus lo transmitan a otras personas. Estas cubiertas para la cara no son mascarillas quirúrgicas ni mascarillas de respiración y no son reemplazos adecuados de esos equipos en lugares de trabajo donde se recomienda o exige usar mascarillas o mascarillas de respiración.

- Practique una [higiene adecuada de manos](#). Es una importante medida para controlar las infecciones. Con una higiene de manos adecuada, no es necesario el uso de guantes por parte de los trabajadores que no deben usarlos habitualmente. Lávese las manos regularmente con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol si no dispone de agua y jabón.
 - Los momentos clave en que debe lavarse las manos incluyen:
 - Antes y después de cada misión de pilotaje
 - Después de sonarse la nariz, toser o estornudar
 - Después de ir al baño
 - Antes de comer, y antes y después de preparar comidas
 - Antes y después de colocarse, tocar o quitarse la cubierta de tela para la cara o el equipo de protección personal (EPP) (si corresponde).
 - Después de tocar objetos que hayan sido manipulados por compañeros de trabajo, como herramientas, equipos o superficies
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca antes de lavarse las manos.
- Use pañuelos al toser, estornudar o tocarse la cara. Bote los pañuelos desechables en un cesto de basura y lávese las manos.

¿Qué medidas deberían tomar las asociaciones de prácticos?

Es importante tener en cuenta que el pilotaje marítimo se basa en políticas y procedimientos locales, y que cada grupo es único. Si bien estas directrices constituyen un marco general, cada asociación debe adaptar los protocolos a las necesidades y costumbres locales. Las asociaciones de prácticos deben tener un plan de respuesta ante el COVID-19 para proteger a sus empleados que se base en la [guía interina de los CDC para empresas y empleadores](#). Usted y sus colegas deben tener acceso a este plan. Las asociaciones de prácticos deben capacitar y designar a una persona competente en cada lugar de trabajo para garantizar la implementación del plan que además tenga los conocimientos y la autoridad necesarios para reconocer riesgos y actuar en consecuencia a bordo de los buques. Las asociaciones de prácticos deberían tomar medidas para:

Reducir la transmisión en los buques

- Realizar una evaluación de riesgos antes de abordar cada buque para determinar si existen riesgos, o podría haberlos, para los cuales los trabajadores podrían necesitar EPP. [Los CDC](#) y la [OSHA](#)   tienen EPP recomendados para ciertos tipos de actividades laborales cuando no es posible implementar controles administrativos y de ingeniería o estos no brindan la protección necesaria. Los empleadores deben determinar, seleccionar y proporcionar el EPP adecuado para las tareas laborales específicas de los trabajadores, y capacitarlos acerca de su correcto uso y aplicación.
- Reportar a los miembros de la tripulación de embarcaciones o buques de práctico que presenten síntomas del COVID-19 al capitán de puerto (COTP, por sus siglas en inglés) más cercano.
- Con la cooperación de las autoridades y el COTP locales, considere sugerir a los buques que planean recibir a un práctico que deben tomar las siguientes precauciones antes del abordaje del práctico:
 - Inmediatamente antes del abordaje del práctico, utilizar un [producto que cumpla los criterios de la EPA para usar contra el SARS-CoV-2](#),  el virus que causa el COVID-19, para limpiar cualquier superficie que el práctico deberá tocar, como por ejemplo: los equipos del puente, el radar, los controles de los ECDIS, las radios VHF, los controles del timón y maquinaria, los botones interiores de cualquier elevador y las barandillas de escalera que el práctico podría usar. Si no hay ningún desinfectante aprobado por la EPA disponible, se puede utilizar una solución de cloro diluido preparada según la etiqueta del fabricante para tareas de desinfección.
 - Asigne al práctico una escolta de una sola persona hacia y desde el puente siguiendo un recorrido de exposición mínima a cualquier persona a bordo. Si la embarcación cuenta con elevador, solo el práctico y su escolta podrán utilizarlo hacia y desde el puente.
 - Permita solo personal esencial en el puente mientras un práctico esté a bordo.
 - Toda persona que ingrese al puente debe lavarse bien las manos inmediatamente antes de entrar. Se debe disponer de jabón para manos y toallas de papel en la cabecera del puente con este fin.
 - Todas las personas a bordo deben mantener una distancia mínima de 6 pies del práctico y entre sí en la medida de lo posible.

Reducir la transmisión entre los prácticos y empleados mientras están en la oficina o en el buque de práctico

- Tome medidas para ayudar a evitar la propagación del COVID-19 si un práctico o empleado se enferma.
 - Aliente de manera activa a los prácticos y empleados enfermos a quedarse en casa.
 - Los prácticos y empleados enfermos no deben volver a trabajar hasta que hayan cumplido los [criterios para discontinuar el aislamiento en el hogar](#), con el asesoramiento de proveedores de atención médica. [Limpie y desinfecte](#) todas las áreas a las que hayan accedido las personas sintomáticas. Informe a los buques del cliente que tengan personas con COVID-19 presunto/confirmado que deberían limpiar y desinfectar sus buques adecuadamente.
- Proporcione y capacite a los prácticos y empleados con información precisa (en su lengua materna) acerca del COVID-19, cómo se propaga, riesgo de exposición, persona competente designada y cómo contactarla.
 - Tenga en cuenta que algunos prácticos o empleados podrían [tener un mayor riesgo de enfermarse gravemente](#), como los adultos mayores y las personas con afecciones crónicas. Implemente políticas específicas para minimizar el contacto en persona entre estos prácticos y empleados o asígneles tareas que les permitan mantener una distancia de al menos seis pies de otros trabajadores, clientes y visitantes.
- Implemente medidas para separar físicamente y aumentar la distancia entre empleados y otras personas:
 - Reorganice las estaciones de trabajo y las salas de descanso de la oficina portuaria para que los empleados puedan permanecer al menos a 6 pies de distancia de los demás empleados (es decir, use áreas de trabajo alternativas como salas de conferencias y capacitación).
 - Reduzca la dotación de personal de cada turno o implemente políticas de teletrabajo, cuando sea posible.
 - Implemente protocolos de guardia para reducir la cantidad de empleados en la oficina portuaria en un momento dado.
 - Ofrezca soluciones tecnológicas para reducir la necesidad de la comunicación presencial
- Capacite a los prácticos y empleados acerca de las prácticas adecuadas de [lavado de manos](#), los [protocolos para toser y estornudar](#) y otras precauciones de rutina para el control de infecciones. Esto ayudará a prevenir la propagación de muchas enfermedades, incluido el COVID-19.
- Proporcione jabón, agua potable limpia e insumos para secarse las manos a los prácticos y empleados, y bríndeles un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.

Mantener un entorno de trabajo saludable



- Coloque afiches que alienten a los trabajadores a [quedarse en casa si están enfermos, respetar los protocolos al toser y estornudar, y practicar una buena higiene de manos](#) a la entrada de la oficina y en otras áreas visibles del lugar de trabajo.
- Proporcione a los prácticos y empleados pañuelos desechables y receptáculos para desechos que no requieran contacto con las manos.
- [Limpie y desinfecte](#) las superficies que se tocan con frecuencia de manera rutinaria:
 - En salas de descanso, baños y espacios de oficina: teléfonos, manijas de puertas, teclados, lectores de tarjeta, radios y artículos electrónicos.
 - En embarcaciones de práctico: manijas de puertas, paneles de control, mesa de cartas, reposabrazos, auriculares, controles de radio y micrófonos.
- Si las superficies están visiblemente sucias, se deben limpiar antes de desinfectar. Para desinfectar, use [productos que cumplan los criterios de la EPA para usar contra el SARS-CoV-2](#), [🔗](#) soluciones diluidas de blanqueador con cloro de uso doméstico preparadas según la etiqueta del fabricante para tareas de desinfección, o soluciones de alcohol con al menos un 70 % de alcohol, y que sean aptos para la superficie. Hay que seguir las instrucciones de uso del fabricante.
- Proporcione toallitas desinfectantes desechables, limpiador o rociador para que los empleados pueden limpiar y desinfectar las superficies cuando lo necesiten.
- Siga todas las regulaciones locales, estatales y federales, y las directrices de las agencias de salud pública.

Implementar medidas sanitarias para sus operaciones comerciales

- Implementar políticas y prácticas flexibles y favorables de licencia por enfermedad. Considerar elaborar políticas de "licencia por enfermedad de emergencia" sin sanciones en caso de que algunos empleados o todos no gocen del beneficio de la licencia por enfermedad.
- Proporcionar información sobre a quién contactar si se enferman los prácticos o empleados. Si se confirma que un empleado está infectado con COVID-19, los empleadores deben informar al resto de los empleados de su posible exposición al COVID-19 en el lugar de trabajo pero respetando la confidencialidad del empleado enfermo de conformidad con lo exigido por la Ley sobre Estadounidenses con Discapacidades (ADA, por sus siglas en inglés).

¿Dónde puedo obtener más información?

Manténgase informado. Hable con su asociación de pilotos o con la persona designada responsable de responder inquietudes acerca del COVID-19. Utilice estas fuentes para obtener más información sobre cómo reducir el riesgo de exposición al COVID-19:

- [Guía interina de los CDC para empresas y empleadores sobre planificación y respuesta a la enfermedad del coronavirus 2019](#)
- [Guía interina de los CDC para barcos sobre el manejo de casos presuntos de la enfermedad del coronavirus 2019](#)
- [Sitio web de temas de salud y seguridad en el lugar de trabajo del NIOSH](#)
- [Sitio web de los CDC acerca del COVID-19](#)
- [Sitio web de la OSHA acerca del COVID-19](#) 
- [Sitio web del boletín 2020 sobre información de seguridad marítima de la USCG](#) 
- CDCINFO: 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) | TTY: 1-888-232-6348 | [sitio web](#)

Esta página fue revisada el 11 de mayo del 2020