

# Tómese 5 Minutos para limitar la propagación

En línea con nuestro valor central de la salud y la seguridad, Teck está tomando muy en serio la pandemia de COVID-19. Tenemos que trabajar juntos para limitar la propagación y cuidarnos a nosotros mismos, a nuestras familias y a los demás.

Por favor, tómense 5 minutos para completar lo siguiente y ayudarnos mutuamente a mantenernos sanos.

**Que todos regresen a casa seguros y saludables todos los días**

<p><b>1. ¿Está experimentando alguno de los siguientes síntomas?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dificultad severa para respirar (por ejemplo, esforzándose por cada respiración, hablando de a una palabra a la vez)</li> <li>• dolor de pecho severo</li> <li>• sensación de confusión</li> <li>• reciente pérdida del conocimiento</li> <li>• incapacidad para recostarse debido a dificultad para respirar</li> <li>• otras condiciones de salud que está teniendo dificultad para manejar debido a su actual enfermedad respiratoria</li> </ul>	<p><b>NO</b></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p>	<p><b>SÍ</b></p> <p><b>Si respondió Sí a cualquiera de las preguntas anteriores,</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>no vaya a trabajar y procure atención médica inmediata</b></li> <li>• tan pronto como pueda, llame a su supervisor y dígame que no irá a trabajar.</li> <li>• tan pronto como pueda, rellene el formulario de rastreo de contactos COVID-19 (en la intranet o teck.com) y entréguelo a su supervisor para ayudarnos a proteger a sus compañeros de trabajo</li> <li>• si se ha sometido a una prueba de COVID-19, por favor contacte inmediatamente a su supervisor para ayudarnos a proteger a sus colegas</li> </ul>
<p><b>2. Evalúe su posible exposición antes de venir a trabajar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Ha tenido contacto cercano (dentro de 2m) con personas que estén enfermas con síntomas parecidos a los de la gripe en las últimas dos semanas?</li> <li>• ¿Ha tenido contacto cercano (dentro de 2m) con un caso confirmado de COVID-19 en las últimas 2 semanas?</li> <li>• ¿Ha viajado fuera de Canadá en las últimas 2 semanas?</li> </ul>	<p><b>NO</b></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p>	<p><b>SÍ</b></p> <p><b>Si respondió Sí a cualquiera de las preguntas anteriores,</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• no vaya a trabajar</li> <li>• contacte a Salud Pública para obtener más orientación sobre la necesidad de un posible auto-aislamiento y/o pruebas. Notifique a su supervisor para informarle de las medidas que usted está tomando.</li> <li>• si se ha sometido a una prueba de COVID-19, por favor contacte inmediatamente a su supervisor para ayudarnos a proteger a sus colegas</li> </ul>
<p><b>3. ¿Está experimentando alguno de los siguientes síntomas?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• fiebre</li> <li>• tos seca persistente</li> <li>• falta de aliento</li> <li>• dolor de garganta</li> <li>• náuseas y vómitos</li> <li>• diarrea</li> <li>• pérdida del sentido del olfato y el gusto</li> </ul>	<p><b>NO</b></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p>	<p><b>SÍ</b></p> <p><b>Si respondió Sí a cualquiera de las preguntas anteriores,</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• no vaya a trabajar</li> <li>• llame a su supervisor e infórmele que no irá a trabajar</li> <li>• rellene el formulario de rastreo de contactos COVID-19 (en la intranet o teck.com) y entréguelo a su supervisor para ayudarnos a proteger a sus compañeros de trabajo</li> <li>• contacte a Salud Pública para obtener más orientación sobre la necesidad de un posible auto-aislamiento y/o pruebas. Notifique a su supervisor para informarle de las medidas que usted está tomando.</li> <li>• si se ha sometido a una prueba de COVID-19, por favor contacte inmediatamente a su supervisor para ayudarnos a proteger a sus colegas</li> </ul>
<p><b>4. ¿Está experimentando alguno de los siguientes síntomas más allá de lo que puede experimentar normalmente?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• escalofríos</li> <li>• dolores musculares</li> <li>• fatiga</li> <li>• dolor de cabeza</li> <li>• mucosidad</li> <li>• congestión nasal</li> <li>• pérdida de apetito</li> </ul>	<p><b>NO</b></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p>	<p><b>SÍ</b></p> <p><b>Si respondió Sí a cualquiera de las preguntas anteriores,</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• no vaya a trabajar</li> <li>• llame a su supervisor para informarle que no irá a trabajar</li> <li>• contacte a Salud Pública para obtener más orientación sobre la necesidad de un posible auto-aislamiento y/o pruebas. Notifique a su supervisor para informarle de las medidas que usted está tomando.</li> </ul>