



MEDIDAS DE PREVENCIÓN ANTE EL CORONAVIRUS

EN TU LUGAR DE TRABAJO



1
Cúbrase la nariz y boca cuando tose o estornuda con el interior de su antebrazo.



2
Lávese bien las manos con agua y jabón de forma frecuente. Siga el protocolo de "Lavado de Manos".



3
Evite el contacto con cualquier persona que esté enferma.



4
Evite el contacto al saludar. Hágalo con el codo, con los pies o agitando las manos.



5
Limpie y desinfecte las superficies de uso común, entre ellos su teléfono celular.

PROTOCOLO DE LAVADO DE MANOS



Humedecer con agua



Aplicar suficiente jabón



Frotar palma con palma



Frotar palma derecha con el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa



Frotar manos entre sí, con los dedos entrelazados



Apoye el dorso de los dedos sobre las palmas de las manos, frotando los dedos



Rodear el pulgar izquierdo con la palma derecha, frotar con movimiento de rotación y viceversa



Frotar circularmente la yema de los dedos contra la palma de la mano izquierda y viceversa



Enjuagar con suficiente agua



Sacudir muy bien las manos y secar con una toalla de papel



Usar la toalla para cerrar la llave



Tiempo: 30 segundos

EL MISMO TIEMPO QUE TOMA CANTAR "FELIZ CUMPLEAÑOS"

OTRAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.



Mantenga el distanciamiento social con tus compañeros de trabajo (al menos 1.5 metro)



Si no hay agua y jabón fácilmente disponibles, use alcohol gel. Cubra todas las superficies de las manos y frótelas hasta que sienta que se secaron.



Evite tocarse ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.



Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, quédese en casa y comuníquese con el médico de la planta.



Limpie y desinfecte su área de trabajo; antes, durante y después de su jornada de trabajo.