

RECOMENDACIONES PARA TODOS LOS TRABAJADORES



1

Lávese las manos frecuentemente

Lávese las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.

¿Por qué? Lavarse las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón mata el virus si este está en sus manos.



2

Adopte medidas de higiene respiratoria

Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón.

¿Por qué? Al cubrir la boca y la nariz durante la tos o el estornudo se evita la propagación de gérmenes y virus. Si usted estornuda o tose cubriéndose con las manos puede contaminar los objetos o las personas a los que toque.

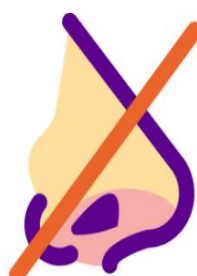


3

Mantenga 1 metro de distancia

Mantenga al menos 1 metro (3 pies) de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.

¿Por qué? Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por el 2019-nCoV, tose o estornuda, proyecta pequeñas gotículas que contienen el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalar el virus.



4

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca

¿Por qué? Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puedes transferir el virus de la superficie a sí mismo.

UTILIZAR PROTECCION RESPIRATORIA OBLIGATORIA EN EL TRABAJO

- USAR TAPABOCAS SIEMPRE DE MANERA OBLIGATORIA EN TODOS LOS LUGARES.
- NO COMPARTAS ALIMENTOS, UTENCILIOS NI TUS OBJETOS PERSONALES.

AL SALIR DE LA VIVIENDA

- No saludar, con besos y abrazos, no dar la mano
- Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar grupos de personas

AL REGRESAR A LA VIVIENDA

- 1 Cuando ingrese a la vivienda quítese los zapatos y lave la suela con agua y jabón.
- 2 Antes de tener contacto con los miembros de su familia, cámbiese de ropa, y evite saludarlos con beso, abrazo y darles la mano.
- 3 Mantenga separada la ropa de trabajo de las prendas personales.
- 4 Báñese con abundante agua y jabón.
- 5 Haga el lavado de manos de acuerdo a los protocolos.
- 6 Desinfecte los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda.
- 7 Si lleva alguna compra, desinfecte el empaque y colóquela en una superficie limpia.
- 8 Coloque los productos en la nevera o despensa después de ser lavados o desinfectados.

TRABAJA SIN RIESGO TRABAJA PARA VIVIR SEGURO
Si presentas síntomas o tienes dudas reporta a tu EPS,
jefe inmediato, diligencia formulario EMS y sigue las
instrucciones
LINEA DE ATENCION COVID