

RECOMENDACIONES PARA PREVENIR EL CONTAGIO DEL CORONAVIRUS



LÁVATE LAS MANOS FRECUENTEMENTE.

Lávate las manos con frecuencia con agua y jabón.



ADOPTA MEDIDAS DE HIGIENE RESPIRATORIAS.

Al toser y estornudar, cúbrete la boca y nariz con un pañuelo y lávate las manos.



MANTÉN UN DISTANCIAMIENTO SOCIAL.

Mantén al menos 2 metros de distancia con las demás personas, particularmente las que tosan, estornuden y tengan fiebre. No des la mano al saludar.



EVITA TOCARTE LA NARIZ Y LA BOCA.

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



SI TIENES FIEBRE, MEJOR QUÉDATE EN CASA.

Los trabajadores que tengan más de 37,8°C de temperatura corporal deben quedarse en casa y no acudir a sus puestos de trabajo. Si es tu caso no debes alarmarte, llama al servicio telefónico de emergencias (061).



FOMENTAR LAS VIDEOLLAMADAS.

Prescinde de visitas comerciales de agentes externos a menos que sea estrictamente necesario. Lo mejor es que lles a cabo el encuentro mediante videoconferencia o videollamada. Así no habrá riesgo de contagio.



ESPECIAL CUIDADO EN LOS VIAJES:

Si tu empleo requiere que efectúes desplazamientos y viajes debes prestar especial atención a todas las recomendaciones de higiene y además informarte de la situación sanitaria en la que se encuentra la zona a viajar.