

MANTENERSE SEGURO Y COMBATIR LA ENFERMEDAD

Practica buena higiene

- Deje de apretar las manos: use otros métodos de contacto sin contacto Limpie las manos en la puerta y programe recordatorios regulares de lavado de manos por correo electrónico Cree hábitos y recordatorios para evitar tocarse la cara y cubra la tos y los estornudos
- Desinfecte las superficies como pomos de las puertas, mesas, escritorios y pasamanos regularmente. ventilación abriendo ventanas o ajustando el aire acondicionado

Tenga cuidado con las reuniones y los viajes.

- Utilice la videoconferencia para reuniones cuando sea posible Cuando no sea posible, celebre reuniones en espacios abiertos y bien ventilados
- Considere ajustar o posponer grandes reuniones o reuniones Evaluar los riesgos de los viajes de negocios.

Maneje los alimentos con cuidado.

- Limite el intercambio de alimentos Fortalezca la evaluación de salud para el personal de la cafetería y sus contactos cercanos
- Asegúrese de que el personal de la cafetería y sus contactos cercanos practiquen una higiene estricta

Quédate en casa si

- Se sienten enfermos, tienen un familiar enfermo en su hogar.

Considere reorganizar grandes actividades y reuniones

- Considere ajustar o posponer reuniones que se mezclan entre clases y grados
- Ajuste los arreglos después de la escuela para evitar mezclas entre clases y grados. Cuando sea posible, realice clases al aire libre o en espacios abiertos y bien ventilados.

Todos los hogares

- Lávese las manos en la puerta ya intervalos regulares Cree hábitos y recordatorios para evitar tocarse la cara y cubrirse la tos y los estornudos
- Desinfecte las superficies como pomos de las puertas, mesas y pasamanos regularmente Aumente la ventilación abriendo ventanas o ajustando el aire acondicionado

Hogares con personas mayores vulnerables o con condiciones subyacentes significativas

- Las condiciones subyacentes significativas incluyen enfermedad cardíaca, pulmonar, renal; diabetes; y condiciones que suprimen el sistema inmune. Haga que las personas sanas del hogar se comporten como si fueran un riesgo significativo para el
- persona con condiciones subyacentes. Por ejemplo, lávese las manos con frecuencia antes de interactuar con
- persona, como alimentar o cuidar a la persona Si es posible, proporcione un espacio protegido para los miembros vulnerables del hogar
- Asegúrese de que todos los utensilios y superficies se limpien regularmente

Hogares con familiares enfermos

- Si es posible, déles a los miembros enfermos su propia habitación y mantenga la puerta cerrada.
- Que solo un miembro de la familia los cuide
- Considere proporcionar protecciones adicionales o cuidados más intensivos para los miembros del hogar mayores de 65 años o con afecciones subyacentes.

Para empresas: evite aglomeraciones

- Use la reserva y la programación para escalonar el flujo de clientes
- Utilice las transacciones en línea donde sea posible Considere limitar la asistencia a reuniones más grandes

Para transportación

- Mantenga las ventanas abiertas cuando sea posible.
- Aumentar la ventilación
- Desinfecte regularmente las superficies