PROTOCOLOS DE ENTRADA EN CASA

ACCIONES FRENTE AL COVID-19







Al volver a casa, intenta no tocar nada.



Desinfecta las patas de tu mascota si la estabas paseando.



Deja bolso, cartera, llaves, etc. en una caja en la entrada.



Lava el móvil y las gafas con agua y jabón o alcohol.



Quítate los guantes con cuidado, tíralos y lávate las manos.



Quítate los zapatos.



Con lejia, recomendable a más de 60°

Quítate la ropa exterior y métela a una bolsa para lavar.



Manos, muñecas, cara, cuello, etc.

Dúchate o, si no puedes, lávate bien todas las zonas expuestas.



Preparar la lejia 20 ml por litro de agua. No olvides utilizar guantes.

Limpia con lejia las superficies de lo que hayas traido de afuera antes de guardarlo.



Recuerda que no es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo.

PROTOCOLOS DE CONVIVENCIA CON PERSONAS EN RIESGO





ACCIONES FRENTE AL COVID-19



Dormir en camas separadas.



No compartir toallas, cubiertos, vasos, etc.



Lavar ropa, sábanas y toallas muy frecuentemente.



Ventilar a menudo las habitaciones.



No rompas la cuarentena durante 2 semanas. Cada salida de casa es un reinicio del contador.



Utilizar baños diferentes y desinfectarlo con lejia.



Interruptores, mesas, respaldo de sillas, tiradores, etc.

Limpiar y desinfectar a diario las superficies de alto contacto.



Mantener distancia, dormir en habitaciones separadas.



Llamar al teléfono designado si presenta más de 38° de fiebre y dificultad para respirar.

PROTOCOLOS DE SALIDA DE CASA ACCIONES FRENTE AL COVID-19







Al salir, ponte una chaqueta de manga larga.



Si tienes mascarilla, póntela al final, justo antes de salir.



Si vas con tu mascota, procura que no se roce con superficies en el exterior.



Arruga el pañuelo y tiralo en una bolsa cerrada al basurero.



Intenta no pagar en efectivo, en caso de utilizar efectivo desinfecta tus manos.



No te toques la cara hasta que tengas las manos limpias.



Recógete el pelo, no lleves aretes, pulseras o anillos (te tocarás menos la cara).



Intenta no usar el transporte público.



Lleva paños desechables, usalos para cubrir tus dedos al tocar superficies.



Si toses o estornudas, hazlo en el codo, no en las manos o en el aire.



Lávate las manos después de tocar cualquier objeto y superficies o lleva gel desinfectante.



Mantente a la distancia de la gente.