

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19



USO DE MASCARILLA

Uso obligatorio de mascarilla fuera de casa y en cualquier lugar público (parques, buses, gimnasios, centros comerciales, supermercados, etc.)

CONSTANTE HIGIENE DE MANOS

Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón o una solución con alcohol mínimo al 70% de concentración.



EVITA EL CONTACTO

Evita el contacto físico con las demás personas y al tocar superficies procura desinfectarlas antes, como lo son: barandillas, manijas, tubos, mesas, etc.

AUTOGUIDADO E STRICTO

Tose o estornuda en un pañuelo desechable o en la cara interna del ángulo del codo. Evita tocarte la cara, nariz, ojos y boca.



DISTANCIAMIENTO SOCIAL

Mantén una distancia de por lo menos 2 metros respecto a los demás para minimizar el riesgo.

LIMPIEZA E STRICTA

En tu hogar siempre procura tomar las medidas para el regreso a casa y asegúrate de desinfectar frecuentemente las superficies de contacto.



CONSULTA TU MÉDICO

Quédate en casa si presentas síntomas de COVID-19, llama a tu EPS o la línea 123 para recibir una atención adecuada y proteger tu vida y la vida de los demás.

"SI ME GUIDO YO, NOS GUIDAMOS TODOS"