

# MEDIDAS PREVENTIVAS COVID-19

## Específicas para conserjería

### LAVARSE LAS MANOS CON FRECUENCIA

Lavarse las manos a fondo y con frecuencia usando agua y jabón (40-60 segundos) o con un desinfectante a base de alcohol (20-40 segundos).

### EVITAR TOCARSE OJOS, NARIZ Y BOCA

Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus y transferirlos a ojos, nariz y boca desde donde pueden entrar en el organismo y provocar enfermedades.

### BUENA HIGIENE DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS

Cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar. El pañuelo usado debe desecharse de inmediato.

### VENTILAR FRECUENTEMENTE SALAS Y ESPACIOS

Los espacios cerrados con poca ventilación aumentan la posibilidad de contagio.

### MANTENER UNA DISTANCIA MÍNIMA DE 1 METRO ENTRE USTED Y LA PERSONA QUE TOSA O ESTORNUDE.

### EVITAR LOS BESOS Y EL CONTACTO MUY CERCANO

### EVITAR COMPARTIR OBJETOS QUE HAYAN PODIDO ESTAR EN CONTACTO CON SALIVA O SECRECIONES

### PERMANECER EN CASA SI NO SE ENCUENTRA BIEN.

### EVITAR, EN LA MEDIDA DE LO POSIBLE, LA AGLOMERACIÓN DE PERSONAS EN EL ÁREA DE CONSERJERÍA, ASÍ COMO EL CONTACTO CERCANO EN LA ATENCIÓN AL PÚBLICO.

### SE RECOMIENDA NO TENER ALFOMBRAS NI TAPETES PARA EL SUELO.

Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar,  
busque atención médica y llame con antelación.  
Siga las instrucciones de las autoridades sanitarias locales.