

Tenga en cuenta las siguientes recomendaciones para el cuidado de su salud y la de sus familiares:



Utilizar el tapabocas siempre que se salga de la casa, se utilice transporte público, en áreas con afluencia masiva de personas, donde no sea posible mantener el distanciamiento social, en el puesto o el lugar de trabajo, si presenta síntomas de gripe o si pertenece a los grupos de riesgo.

Al toser o estornudar:

1. Cúbrase la nariz utilizando un pañuelo desechable o el antebrazo o codo.
2. Deseche el pañuelo inmediatamente después de usarlo.
3. Evite tocarse la boca, la nariz y los ojos.
4. Si alguien tose o estornuda al lado suyo, cúbrase la boca y la nariz con la mano.
5. Lavase las manos.

No olvide consultar el Protocolo De Bioseguridad



Otras recomendaciones:

- Evite el contacto físico, saludo de mano o de beso en la mejilla.
- Ventile diariamente los espacios de la casa, habitaciones, oficinas y áreas comunes.
- Limpie y desinfecte las superficies y objetos utilizados. Mantenga el distanciamiento social.
- Reporte constantemente su estado de salud a la Fundación. Consuma agua frecuentemente.



Las buenas prácticas de higiene respiratoria ayudan a reducir en la probabilidad de contagio.

¡UNIDOS NOS CUIDAMOS!