

BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)



EN CASO DE SUFRIR UNA INFECCIÓN RESPIRATORIA, EVITA EL CONTACTO CERCAÑO CON OTRAS PERSONAS



EVITA TOCARTE LOS OJOS, NARIZ Y LA BOCA



LAVATE LAS MANOS FRECUENTEMENTE CON AGUA Y JABÓN



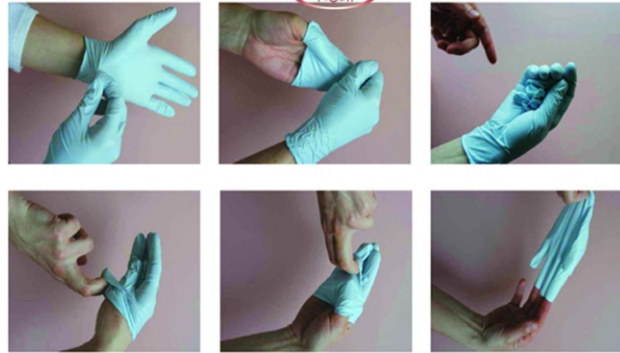
AL TOSER O ESTORNUDAR, CÚBRETE LA BOCA Y LA NARIZ CON EL CODO FLEXIONADO O CON UN PAÑUELO DESECHABLE



SI NOTAS SÍNTOMAS DE FIEBRE, TOS O FALTA DE AIRE, CONTACTA CON EL 112/061

REDUCE EL RIESGO DE CONTAGIO

RETIRADA DE GUANTES:



FUNDACIÓN EDUCATIVA FRANCISCO COLL

BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

Sigue estos pasos durante el lavado de manos:



Mójate las manos



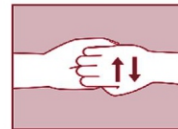
Deposita la cantidad suficiente de jabón en las palmas



Frótate las palmas de las manos



Frótate las palmas con los dedos entrelazados



Frótate los dedos de una mano con la palma de la opuesta



Enjuágate las manos con agua



Sécate las manos con una toalla desechable



Usa la misma toalla para cerrar el grifo



Tira la toalla a la basura

FUNDACIÓN EDUCATIVA FRANCISCO COLL

FUERA DE CASA Y EN EL TRABAJO

Procura no tocar superficies y cuando lo hagas lávate bien las manos con agua y jabón

La limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de guantes

Evita tocarte ojos, boca o nariz

Mantén la distancia de seguridad de 2 metros (mínimo 1 m.)

Si usas coche, límpialo frecuentemente, sobre todo las superficies que más se tocan.

AL LLEGAR A CASA

Quítate los zapatos y déjalos cerca de la puerta

Lávate las manos con agua y jabón.

Separa los objetos que no necesites en casa (llaves o cartera) y déjalos en una caja cerca de la puerta.

Desinfecta los otros objetos que hayas usado fuera (móvil o gafas), usa pañuelos desechables o solución alcohólica o agua y jabón.

Si has estado en un ambiente cerrado con más personas de manera continuada, separa en una bolsa la ropa que hayas usado sin sacudirla. Ciérrala y no la saques hasta volver a salir o hasta lavarla con agua caliente. Sécala bien. Lávate bien las manos antes de manipularla

FUNDACIÓN EDUCATIVA FRANCISCO COLL

RESPIRADOR:

COLOCACIÓN, AJUSTE Y RETIRADA

Colocación del respirador



Coloca el respirador en la parte de la mano con la parte que se coloca sobre la nariz haciendo los dedos.



Ajusta el respirador en la parte de la mano con la parte que se coloca sobre la nariz haciendo los dedos.



La banda superior (en respiradores de banda única o doble banda) se coloca sobre la cabeza.



Coloca la parte de los dedos de ambas manos en la parte superior del aparato de modo que quede la parte de atrás de la cabeza.



Revisión del ajuste²



Coloca ambas manos sobre el respirador y presiona un poco de fuerza hacia adentro y hacia afuera para verificar el sellado.

Para quitarse el respirador



NO TOQUE la parte de adelante del respirador (puede estar contaminado)



Quítate el respirador haciendo la banda inferior sobre la parte de atrás de la cabeza sin tocar el respirador y haciendo la misma con la banda superior.



Retira el respirador en el recipiente de desechos. (¡EVITA LAS MANOS!)



Si el uso de filtro (dispositivo de la parte superior) está presente, puede separarse y desecharse por separado.



Si el respirador tiene un filtro, puede separarse y desecharse por separado.