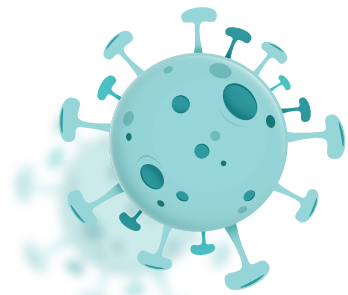


# Prevenamos juntos el coronavirus COVID-19



## MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN TU TRABAJO



### ¿Que son los coronavirus?

Los coronavirus son una familia de virus que circulan entre humanos y animales, causan enfermedades respiratorias que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como la neumonía.

### ¿Cómo se contagia el nuevo coronavirus?

Se transmite de una persona infectada a otras a través de las gotitas de saliva que son expulsadas al toser y estornudar, al tocar o estrechar la mano de una persona enferma, o al tocar un objeto o una superficie contaminada con el virus y luego tocarse la boca, nariz o los ojos antes de lavarse las manos.



### ¿Síntomas principales?

- Tos
- Fiebre
- Dolor de cabeza

### Además, puede presentar:

- Esguerrimiento nasal
- Dificultad para respirar
- Dolor o ardor de garganta
- Dolor muscular y de articulaciones

### ¿Qué medidas debemos de aplicar trabajadores y empleadores?

- Usa cubrebocas, (abarcando nariz y boca).
- Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón o con gel alcoholado al 70%.
- Al toser o estornudar, cubre tu nariz y boca con el ángulo interno del brazo o con un pañuelo desechable.
- No escupas, si necesitas hacerlo, utiliza un pañuelo desechable.
- No te toques la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Mantén limpio tu lugar de trabajo.
- Si presentas fiebre, dolor de garganta y tos, acude a tu Unidad de Salud.



### ¿Qué puedo hacer como empleador?

- Verifica la disponibilidad de agua y jabón en tu lugar de trabajo.
- Coloca a la entrada del inmueble gel alcoholado al 70%.
- Limpia y desinfecta superficies y objetos de uso común como mesas, escritorios, herramientas, manijas, teléfonos, equipos de cómputo, etc.
- Ventila y permite la entrada del sol a los espacios cerrados, evitando corrientes de aire.

