

CORONAVIRUS: MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA LA PLANTILLA

¿CÓMO PUEDO PROTEGERME DEL CORONAVIRUS?

Lávese las manos con frecuencia. La higiene de manos es la medida preventiva más importante para reducir la transmisión indirecta de cualquier agente infeccioso.

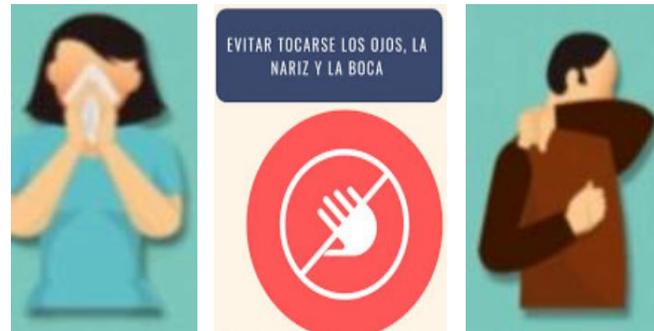
¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Cuando no se disponga de agua y jabón, puede usar toallitas húmedas con alcohol.

Tosa o estornude en un pañuelo y luego deséchelo. Cúbrase al toser o estornudar si no tiene a mano un pañuelo desechable. Luego, lávese las manos y hágalo cada vez que tosa o estornude.



Evitar el contacto estrecho con personas que muestren signos de afección respiratoria, como tos o estornudos.



Se recomienda **extremar las medidas de limpieza** en superficies (mesas, teléfonos, picaportes, ...).

Uso de EPI's: Siguiendo las recomendaciones de las autoridades sanitarias (sujetas a actualización según se disponga de nueva información), en la actual situación epidemiológica **no se recomienda el uso de mascarillas**.

En el caso de los trabajadores, los profesionales sanitarios indicarán el uso de las mascarillas en aquellas situaciones que se considere necesario.

RECOMENDACIONES

- Vigile su estado de salud.
- Si tiene un buen estado de salud y permanece asintomático puede realizar su vida habitual (familiar, laboral, ocio).
- Si presenta una sintomatología compatible con una infección respiratoria aguda como fiebre, tos o sensación de falta de aire, deberá contactar con las Autoridades Sanitarias locales y seguir sus recomendaciones. Asimismo, comunicará su situación a la Dirección del Centro.

DIRECCIÓN DE RR HH

CORONAVIRUS: MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA LA PLANTILLA



¿CÓMO SÉ SI TENGO CORONAVIRUS?

La persona que cumpla las siguientes condiciones puede padecer coronavirus:



¿QUÉ DEBO HACER SI COMIENZO CON SÍNTOMAS?

Si presenta estos síntomas, debe ponerlo en conocimiento de su superior inmediato o del responsable del centro.

Evitar el contacto con otras personas, manteniendo una distancia superior a 1 metro y colocarse una mascarilla si no se puede evitar ese contacto.

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

LLAMADA 112

DEMANDA DE ASISTENCIA
VALORACIÓN DE SINTOMAS
FACTORES DE RIESGO

DERIVACION
CENTRO DE SALUD
112

¿QUÉ MEDIDAS DEBO TOMAR SI PADEZCO CORONAVIRUS?

- Permanezca en casa / comuníquelo a la empresa / remita el parte de baja.
- Evite el contacto dentro de lo posible con otras personas, especialmente si son colectivos de riesgo.
- Utilice una mascarilla quirúrgica especialmente si tiene que salir obligatoriamente (por ej.: para ir al médico).
- Ventile frecuentemente la habitación.

- Tosa o estornude en un pañuelo y luego deséchelo. Cúbrase al toser o estornudar si no tiene a mano un pañuelo desechable.
- Luego, lávese las manos, y hágalo cada vez que tosa o estornude.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca. La propagación de gérmenes se produce con frecuencia cuando una persona toca una superficie contaminada y luego se toca los ojos, nariz o boca. Los gérmenes pueden sobrevivir sobre superficies como tiradores de puertas, mesas... durante 2 o más horas.
- No comparta objetos personales.
- No sacuda la ropa de cama, lávela sin sacudir.
- Limpie frecuentemente las superficies y objetos de uso común.
- Siga las instrucciones de su médico de atención primaria.
- Mantenga informados a los responsables de su centro de trabajo.

DIRECCIÓN DE RR HH