

# Buenas prácticas en la prevención frente a la COVID-19

Medidas para la prevención de contagios del COVID-19 en centros de trabajo.

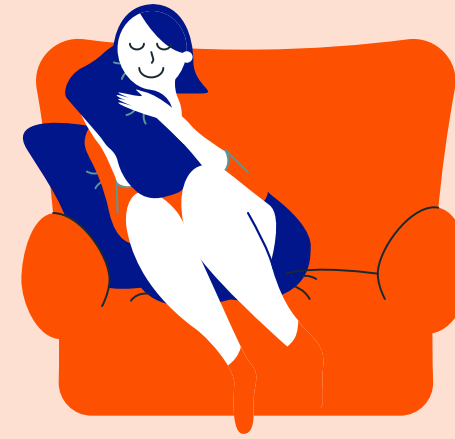


[colpolsoc.org/prevencion\\_covid](http://colpolsoc.org/prevencion_covid)

## Quédate en casa

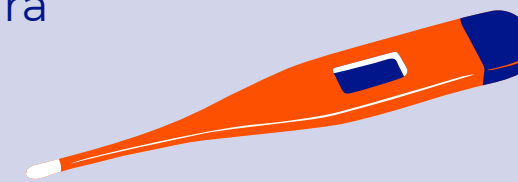
Si tienes síntomas, evita desplazarte a la sede

A menos que vaya a buscar comida, medicinas u otros elementos esenciales



## Tómate la temperatura

Controla tu temperatura al menos dos veces al día.



## Estate atento a otros síntomas

Aparte de la fiebre, los síntomas de la Covid-19 incluyen tos, dificultad para respirar y fatiga.



## Mantén la distancia social

Mantenga al menos 1,5 metros de distancia interpersonal



## Limpia tus manos

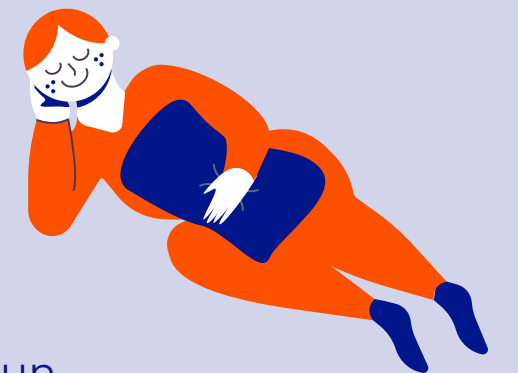
Practica una buena higiene de manos lavándotelas con agua y jabón o usando alcohol o desinfectante para manos.



## Quédate en una ubicación específica

Si estás enfermo o sospechas que lo estás, es mejor permanecer en una habitación o área designada lejos de los demás.

Si es posible, ten también un inodoro y un baño designados.



## Llama a tu médico o al hospital antes de acudir

Si necesitas buscar atención médica, ya sea por síntomas virales u otras razones de atención médica, comunícate con tu médico u hospital con anticipación para que puedan prepararse y tomar precauciones para su llegada.

