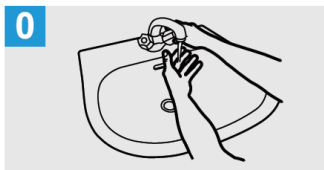
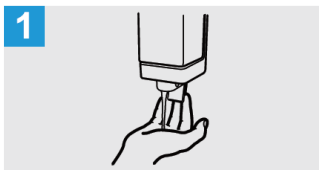


## LAVE SUS MANOS CON AGUA Y JABÓN

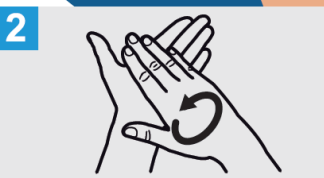
**Duración de este procedimiento: 40-60 segundos**



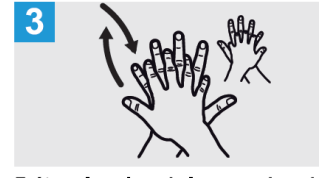
Mójese las manos con agua.



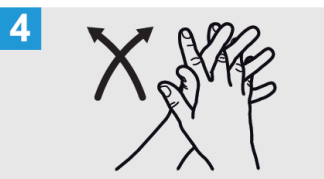
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.



Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



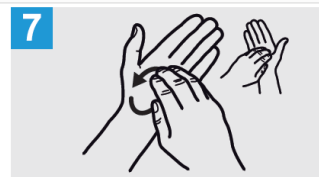
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

Enjuágese con agua y séquese con una toalla desechable

Vigile su temperatura corporal, en caso de tener más de 38º, vigile el resto de síntomas (tos y dificultad respiratoria) y en caso de su aparición se deberá comunicar a:

### CORONAVIRUS

Si tiene síntomas o ha estado en contacto con una persona con coronavirus o que venga de una zona de riesgo:



900 400 061



955 545 060



**Integral**  
de Prevención Sur S.L.

LA SEGURIDAD INTEGRAL A TU MEDIDA

Otras emergencias sanitarias

061

112

(Evitar su uso sino se requiere asistencia sanitaria urgente)

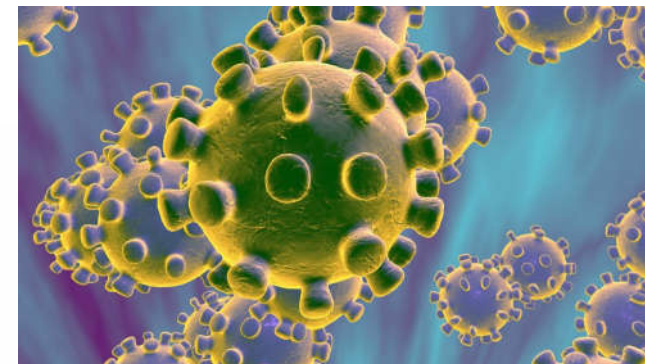
NO ASISTIR  
DIRECTAMENTE  
A HOSPITALES,  
NI CENTROS DE  
SALUD



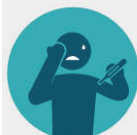
**Integral**  
de Prevención Sur S.L.



**MEDIDAS BÁSICAS DE  
SEGURIDAD FRENTE AL RIESGO  
DE CONTAGIO POR  
CORONAVIRUS**



## SÍNTOMAS



FIEBRE



CANSANCIO



TOS SECA

### SÍNTOMAS COMUNES



FIEBRE ALTA



NEUMONÍA



DIFICULTAD RESPIRATORIA

### CASOS GRAVES

## VÍAS DE TRANSMISIÓN

- Por contacto personal cercano con una persona infectada.
- A través de personas infectadas al toser o estornudar.
- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

## TRATAMIENTO

No existe un tratamiento específico, pero se están empleando antivirales que han demostrado cierta eficacia. Sí existen muchos tratamientos para el control de sus síntomas por lo que la asistencia sanitaria mejora el pronóstico.

## LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Se debe realizar la limpieza y desinfección de las superficies, herramientas, máquinas y equipos que han estado en contacto con otras personas antes de su uso.

La limpieza y desinfección se realizará con un desinfectante. Estos virus se inactivan con desinfectantes de uso habitual por el público en general, como la lejía. Durante la limpieza se utilizarán guantes de protección.

## MEDIDAS PREVENTIVAS

Lávese las manos regularmente con agua y jabón, y especialmente después del contacto con otras personas, antes de comer y al regresar a casa, también después de la retirada del EPI.

Al toser y estornudar cúbrase la boca y la nariz con pañuelos desechables, los cuales se tirarán a la basura inmediatamente después de su uso.

Evite el contacto cercano con cualquier persona que presente síntomas de enfermedades respiratorias, como tos y estornudos. Salvo que sea totalmente indispensable, mantenga una distancia de 2 metros con cualquier otra persona.

Evite aglomeraciones de personas, especialmente en espacios cerrados.

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Siempre que sea posible, recurra al teletrabajo, dependiendo de la actividad y el tipo de jornada, especialmente donde “exista una mayor intensidad de la enfermedad”.

Evite viajes innecesarios, especialmente a las zonas de mayor incidencia de la enfermedad.

Trabajadores que hayan estado en contacto o hayan viajado a zonas de alto riesgo, lo comunicarán a salud responde por si deben guardar aislamiento preventivo.

## EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

**En la mayoría de las situaciones y trabajos no es necesario el uso de EPIs.**

En aquellos casos en los que no es posible mantener la distancia de seguridad, o exista el riesgo de contacto de personas, objetos o superficies contaminadas, se deberán usar:

Guantes de protección que deben cumplir con la norma UNE-EN ISO 374.5:2016.

Para el caso de posible exposición a aerosoles o cuando se compruebe que en el puesto de trabajo haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas:

Batas impermeables de manga larga o monos completos según UNE-EN 13795:2011+A1:2013.

Mascarillas autofiltrantes tipo FFP2 o FFP3 que deben cumplir con la norma norma UNE-EN 149:2001 + A1:2009.

Protección ocular como gafas ajustadas de montura integral o pantallas faciales. Deben estar certificados por norma UNE-EN 166:2002.

Los EPI se deben retirar de forma que se evite el contacto con el exterior de los mismos y se deben lavar las manos inmediatamente después de su retirada.

Los EPI se desecharán inmediatamente en bolsas de basura controladas para que no contaminen otros objetos ni superficies.