



RECOMENDACIONES GENERALES DE HIGIENE



1
Lávate las manos con frecuencia por al menos 20 segundos utilizando agua y jabón. Si no dispone de agua y jabón, puede utilizar alcohol gel o spray.



2
Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable; descártelo en un basurero inmediatamente.



3
Mantenga al menos 1 metro de distancia entre usted y las demás personas.



4
Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.



5
Utilice pañuelos desechables para tocar superficies comunes como manillas, botoneras de ascensores, cajeros automáticos o máquinas de pagos.



6
Desinfecte frecuentemente sus manos con alcohol gel o spray en el ingreso y espacios comunes de su lugar de trabajo.



7
Utiliza toallas de papel desechables para evitar contaminación cruzada por secadores de aire y toallas de género.



8
Utiliza paños de limpieza Maxwipe y alcohol spray para limpiar superficies como escritorios, mesas, manillas, etc.



9
Desinfecta suela de zapatos, mochilas y carteras utilizando alcohol spray.