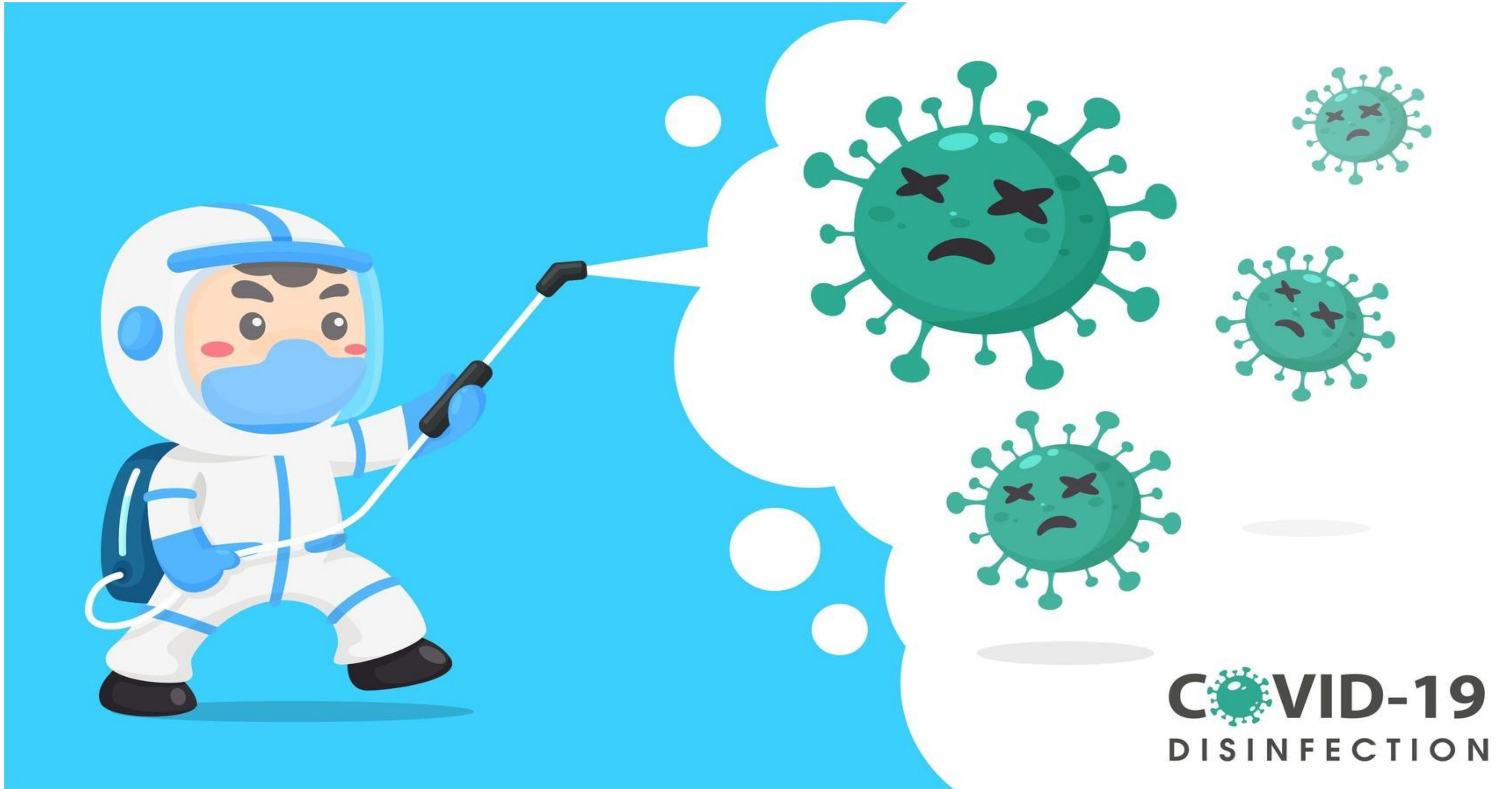


# PROTOCOS PARA LA PREVENCIÓN DEL COVID 19



**COVID-19**  
DISINFECTION



# PROTOCOLOS OBLIGATORIOS DURANTE LA CUARENTENA AL SALIR DE CASA

1. Usar mascarilla (obligatorio)
2. Usar guantes (obligatorio)
3. Usar gafas de protección ocular (obligatorio)
4. Usar gorra (opcional)
5. Damas y caballeros con cabello largo de preferencia bien recogido.
6. Usar zapatos (no sandalias)
7. Siempre llevar alcohol o gel alcohol.
8. De preferencia usar pantalones y Camisas mangas largas.
9. Limitar el uso de mochilas, carteras, canguros, relojes, alhajas, cualquier tipo de bisutería, etc.
10. Evitar el uso compartido de vasos, cucharas, botellas, o de cualquier utensilio para comer.
11. Evitar el uso de pañuelos de tela, mejor usar toallas o servilletas desechables. (Botar en contenedores).



**CUIDA TU SALUD Y LA DE TU  
FAMILIA  
QUEDATE EN CASA**



## PROCOLOS OBLIGATORIOS MIENTRAS ESTÉS EN LA CALLE

- 1.SOLO SALIR EN CASO DE NECESITAR ABASTECIMIENTO DE VÍVERES O MEDICINA.
- 2.Tienes que saber TODAS las personas pueden ser portadoras de COVID – 19 (caras vemos, infectados no sabemos).
- 3.Mantener distanciamiento social de al menos 2 metros por persona (Evitar aglomeración).
- 4.Evita ir a bancos y otras instituciones públicas, realiza depósitos, pagos de haberes y otros trámites en línea. (Todo se puede pagar y realizar por internet)
- 5.Evita el contacto de tus manos con: pasamanos, puertas de acceso o toda superficie manipulada por el público. (En caso de tener que hacerlo, desinfecta primero el área con alcohol o usa guantes, después desinfecta guantes de nuevo con alcohol)
- 6.Evita tocar tu cara y tus ojos mientras estés en la calle.
- 7.Si vas a usar carritos de compras en supermercados, desinfecta con alcohol la zona de manipulación (mango del carrito)
- 8.Lleva un listado de tus compras (para farmacias y supermercados), recuerda que todos necesitamos comprar y el tiempo es oro en los actuales momentos.





## PROCOLOS OBLIGATORIOS MIENTRAS ESTÉS EN LA CALLE

9. Evita el uso de periódicos, revistas, folletos o cualquier tipo de volantes que vengan de las manos de otras personas.

10. Desinfectar con alcohol monedas, billetes, tarjetas de débito o crédito.

11. Desinfecta con alcohol el teclado de cajeros automáticos, así como el teclado de computadoras que uses en otros lugares.

12. De preferencia pide que tus facturas sean enviadas a tu correo electrónico.

13. Si vas a usar el transporte público, evita el contacto de tus manos con zonas de manipulación.

14. Evita usar taxis, ir en un carro cerrado te expone de mayor manera. (Utiliza el asiento de atrás y pide que se abran las ventanas, desinfecta las manijas de las puertas con alcohol antes de tocarlas)

15. Preferible el uso de bicicletas para salir a comprar. (Desinfectar el manubrio y las llantas y dejar en el patio de casa)

16. Si vas a sentarte en un asiento público, desinfecta la zona donde te vas a sentar con alcohol.

17. Recuerda que toda superficie donde vayas a poner tus manos o tu cuerpo te expone potencialmente al virus. (Desinfecta el área o superficie)

*Haciendo más fácil vivir desde 1976*

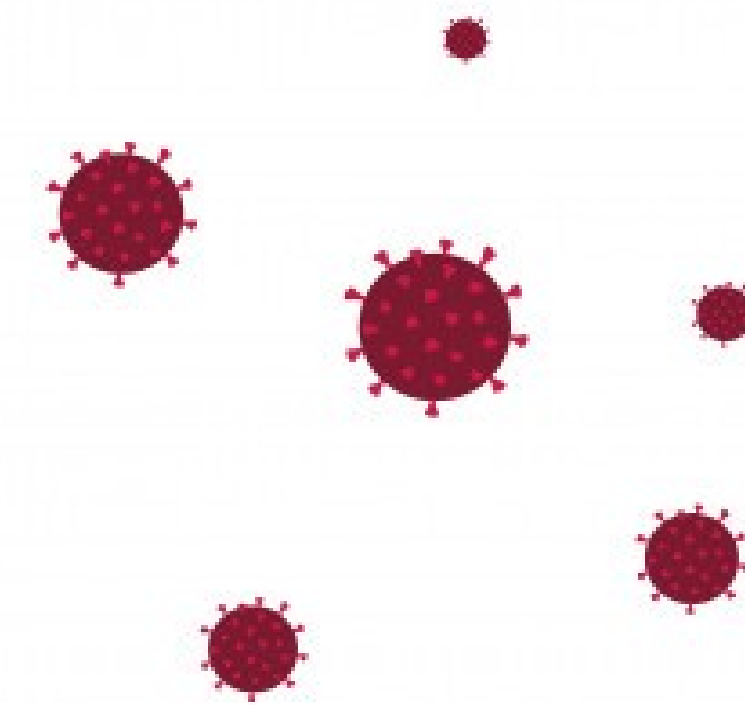


**Rayco**  
Hace más fácil vivir



## PROCOLOS OBLIGATORIOS AL LLEGAR A CASA:

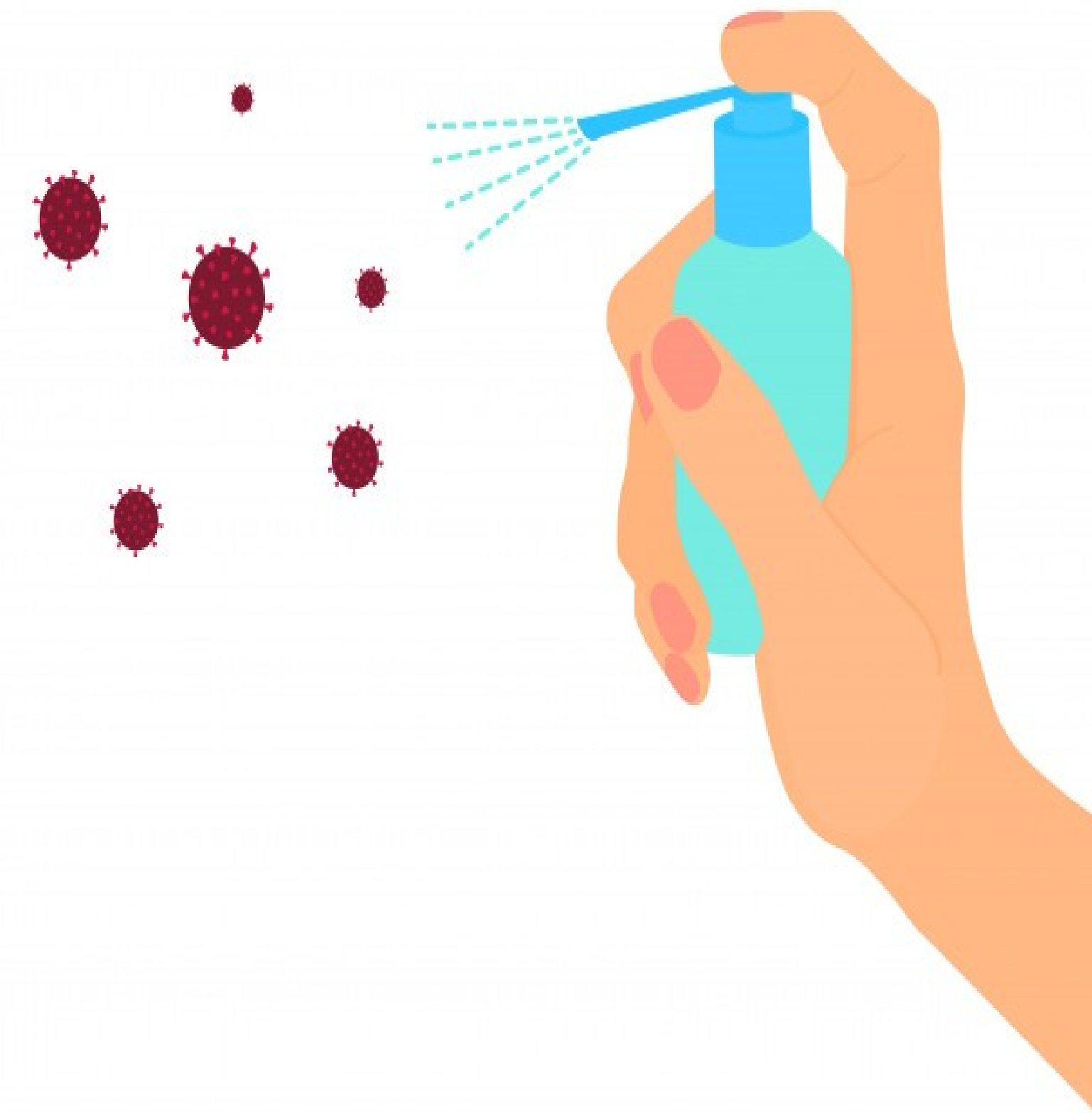
1. Rociar con alcohol, los zapatos y las suelas.
2. Establecer una zona segura para dejar los zapatos fuera de la entrada de tu casa.
3. Antes de ingresar víveres a su domicilio, desinfectar con una solución de cloro y agua (Preparar una solución con cloro 4 ml + 1 litro de agua) Desinfecte verduras y todo lo que pueda sumergir en esta solución, luego enjuague con abundante agua y seque con algo limpio, de preferencia toallas de cocina. Tenga listo un lugar y los utensilios necesarios para realizar la desinfección fuera de su casa.
4. Los productos que vengan en envoltorios sellados o botellas, fundas o bolsas selladas, también es necesario desinfectarlas.
5. Antes de entrar a tu casa, rociar con alcohol toda tu ropa, gafas, gorras, celulares, laptops, billeteras, monedas, billetes, tarjetas y cualquier utensilio de trabajo. (Tu hogar es tu refugio sagrado) debido procesamiento y almacenamiento de los productos.



## PROCOLOS OBLIGATORIOS AL LLEGAR A CASA:

6. Arroja al contenedor de la basura, bolsas (fundas), contenedores, papeles, envoltorios, botellas, etc. etc.
7. Vaya a un lugar donde pueda sacarse la ropa y ponerla en la lavadora. (Lavar la ropa)
8. No tope nada del interior de su hogar, eso incluye sillas, camas o cualquier objeto de su hogar.
9. Asegúrese de que alguien abra las puertas por usted, caso contrario vaya desinfectando con alcohol todo lo que usted toque.
10. Vaya al baño tome una ducha. (Aconsejable bastante espuma) y cepílese los dientes, use enjuague dental.
11. **POR FAVOR EVITE VISITAS A SU DOMICILIO, ESTO INCLUYE TAMBIÉN A SUS FAMILIARES.**  
(Recuerde: cara vemos, infectados no sabemos)
12. No comparta, ni reciba alimentos preparados por familiares o vecinos. Prepare sus propios alimentos. (Si necesita o desea compartir, solo comparta víveres)
13. Si te ves en la necesidad de comprar alimentos preparados, asegúrate de que quienes los preparan cumplan con normas de higiene como cubrirse la boca y la nariz con mascarillas o barbijos, usar guantes y gorros, y que haya la debida desinfección de los locales, el

*Haciendo más fácil vivir desde 1976*



**Rayco**  
Hace más fácil vivir