

RECOMENDACIONES

Ante el COVID-19

FUNDACIÓN
Carlos Slim

#PorTuSalud
PorLaDeTodos

¡Hola!

Tú y tu familia son lo más importante



Reporta tu temperatura dos veces al día

Actualiza tus síntomas de las últimas 24h.



Registra a tu familia

Reporten su temperatura dos veces al día.



Actualiza tu perfil clínico

Reporta tus antecedentes de salud



Infórmate

Y conoce las medidas de prevención



Comunícate

Cualquier síntoma comunícate a la línea COVID-CARSO (55) 5201-7694



www.fcs-monitoreo.com



**Recomendaciones
para evitar contagio de
COVID-19**



Dentro del elevador:



Usa cubrebocas



Guarda silencio

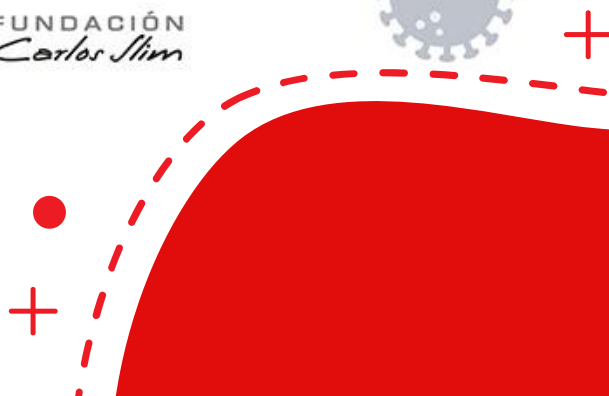


**Si estornudas o toses cúbrete
con la parte interna del brazo**

**EN LUGARES PÚBLICOS
SIEMPRE USA CUBREBOCAS**




FUNDACIÓN
Carlos Slim




COVID-19


PREVENCIÓN EN EL HOGAR

AL LLEGAR A CASA


1 Lávate las manos adecuadamente con agua y jabón 


2 Deja bolso, cartera, llaves, etc, en una caja y **desinfecta** tu celular con alcohol gel al 70% 


3 Si utilizaste el **transporte público** cambia tu ropa 


4 **No saludes de mano y beso** a otras personas 

EN CASA


1 **Evita** recibir visitas, hacer fiestas y/o reuniones 

2 **Limpia y desinfecta con cloro** o alcohol gel al 70% las superficies de alto contacto 

3 **Quédate en casa si estás enfermo**, excepto para recibir atención médica y porta un cubrebocas 

4 **Estornuda o tose en un pañuelo desechable** o cúbrete con la parte interna del brazo y lávate las manos 

5 **Evita tocarte la cara** 

6 En lo posible, **mantén una distancia de por lo menos 1 metro** con respecto a otras personas 

Cómo limpiar tu celular correctamente

El celular es uno de los objetos que usamos con mayor frecuencia a lo largo del día. Su limpieza constante es una de las medidas preventivas para frenar la propagación del

COVID-19

1. Usa paños de limpieza comercial o toallas desinfectantes con 70% de alcohol, aunque es importante exprimirlas antes de usarlas

2. No uses líquidos o limpiadores de forma directa sobre tu teléfono

3. Sigue estas recomendaciones:

- Apaga tu teléfono
- Desconecta todos los cables
- No rociar sustancias desinfectantes directamente al teléfono
- No sumergir en ningún líquido de limpieza
- No usar rociadores de aire comprimido y materiales abrasivos



Fuentes: CDC, UnoTv

FUNDACIÓN
Carlos Slim

SEARS