

PREVENIR LA PROPAGACIÓN

Contra el COVID-19



Lávate las manos con agua y jabón varias veces al día



Si toses cúbrete la nariz y la boca con el codo flexionado o con un pañuelo



7 pasos para prevenir la propagación del COVID-19



Evita tocarte los ojos, nariz y boca



Evita lugares concurridos



Si no te sientes bien, quédate en casa, aunque la fiebre y la tos sean leves



Si tienes fiebre, tos y dificultad para respirar busca atención médica lo antes posible, pero llama por teléfono primero



Mantente al día con información oficial



Signos de alarma del **enfermo** por **COVID-19**

Si tienes estos signos, busca atención médica inmediatamente:

Labios o yemas de los dedos azuladas

Dolor persistente o presión en el pecho

Confusión mental o dificultad para matenerse despierto

Dificultad para respirar o falta de aire

Fuente: CDC

FUNDACIÓN
Carlos Slim

¡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

SEARS


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 

FUNDACIÓN
Carlos Slim

SEARS