

RECOMENDACIONES GENERALES COVID-19

ist

Tu mutualidad!



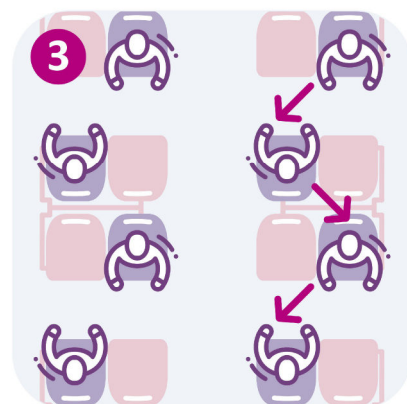
Uso de mascarilla

Haz uso de mascarilla
Cubre boca y nariz
Evita tocarla.



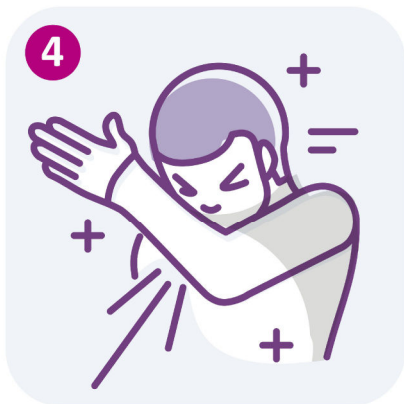
Lavado frecuente de manos

Lava tus manos con
frecuencia, especialmente antes
y después de cada viaje.



Prefiere sentarte en zig zag

Le recomendamos mantener
un metro de distancia y
sentarse en zig zag, es decir,
dejando libre el asiento
de frente y costado.



Al estornudar o toser

Al estornudar o toser
cubre tu boca con tu antebrazo.
Si usas pañuelo deséchalo
en un basurero.



Evita tocar tu rostro

No toques tu nariz, ojos o
boca con tus manos.



Evita saludar con la mano

No saludes ni con la
mano ni de beso. Evita
contacto físico directo.