



# Consejos rápidos para la estación de trabajo de los empleados



## SIEMPRE USE SUS GUANTES MIENTRAS TRABAJA

- Lave o desinfecte sus manos antes de ponerse guantes al comienzo de cada turno y al regresar de los descansos
- Quítese los guantes y lávese las manos antes de tomar su(s) descanso(s)
- Cambie sus guantes con frecuencia. Estos pueden transmitir los gérmenes
- Trate de evitar tocarse la cara mientras usa guantes o si tiene las manos sucias
- No reutilice los guantes. Deseche los guantes después de cada uso



## SIEMPRE USE SU MASCARILLA/CUBREBOCAS MIENTRAS TRABAJA

- Las mascarillas/cubre bocas pueden reducir la propagación del virus. Use su mascarilla/cubre bocas incluso cuando se sienta bien
- Lávese o desinfecte sus manos siempre antes de ponerse una mascarilla/cubre bocas limpia
- Cúbrase la boca y la nariz con la/el mascarilla/cubre bocas. No debe haber espacio entre la cara y la mascarilla/cubre bocas
- No toque la mascarilla/cubre bocas mientras la usa
- Retire la mascarilla/cubre bocas por detrás y limpie sus manos inmediatamente
- No reutilice las mascarillas desechables. Tire mascarillas/cubre bocas después de cada uso



## RECUERDE SEGUIR BUENAS PRÁCTICAS DE SALUD

- Mantenga 6 pies (2 metros) de distancia
- Quédese en casa si está enfermo(a)
- Lave frecuente sus manos
- Limpie y desinfecte su espacio de trabajo

*Si presenta fiebre, tos, dolor de garganta o dificultad para respirar, comuníquese con su proveedor de atención médica. Si no tiene uno, llame a la línea de enfermero(a) Ask-My-Nurse al (713) 634-1110*

OCEE 06/03/2020