

Protege tu Salud Respiratoria

Tips de prevención y manejo



Si tienes síntomas respiratorios, usa tapabocas obligatoriamente.



Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón.



Evita aglomeraciones, reuniones presenciales y saludos físicos.



Al estornudar, cúbrete con la parte interna del codo.



Reporta tu estado de salud a tu jefe y al equipo de Seguridad y Salud en el Trabajo: medicinapreventiva@icbf.gov.co



¡Agua y jabón son tu mejor defensa!

Lávate las manos frecuentemente y evita la gripa.

Lávate las manos en estos momentos clave:

- Al llegar a casa o a la oficina.
- Antes, durante y después de preparar alimentos.
- Antes de comer.
- Antes y después de atender a alguien enfermo.
- Después de sonarte la nariz, toser o estornudar.
- Antes y después de tratar heridas o cortaduras.
- Después de usar el baño.
- Después de tocar la basura.

¡Un simple gesto puede proteger tu salud y la de los demás!

