

¡NO PROPAGUE GÉRMENES!

6 pasos para mandar a los gérmenes por el desagüe



MOJE



ENJABONE



**LAVE
POR 20 SEGUNDOS**



ENJUAGUE



SEQUE



**CIERRE EL GRIFO CON
UNA TOALLA DE PAPEL**

CONSEJOS PARA EL LUGAR DE TRABAJO

CREAR DISTANCIA FÍSICA


- Verifique temprano en la mañana cómo va a dividir las tareas usando videoconferencia, teléfono celular, etc.
- Cambie los horarios de trabajo para tener menos empleados a la vez.
- Escalone, o sea intercale, los tiempos de descanso para tener menos personas juntas en la sala de descanso.
- Mantenga una distancia de 2 metros (o 6 pies) entre las personas y use una cobertura facial de tela si trabaja con otras personas.



LIMPIAR Y DESINFECTAR FRECUENTEMENTE:

- Lávese las manos, incluyendo el área entre los dedos, el dorso de las manos y debajo de las uñas.
- Limpie y desinfecte las áreas de descanso después de su uso.
- Desinfecte diariamente los objetos que se tocan comúnmente (teléfonos, teclados de las computadoras, pomos de las puertas y otros equipos compartidos).
- Evite tocarse la cara.



 **QUÉDESE EN CASA SI ESTÁ ENFERMO, AÚN SI CREE QUE ES SÓLO UN RESFRÍO**

APRENDA A PROTEGERSE Y QUÉ HACER CUANDO ESTÁ ENFERMO

Para obtener recursos regionales visite:
umash.umn.edu/covid-19-resources



UPPER MIDWEST AGRICULTURAL SAFETY AND HEALTH CENTER (UMASH)
This project was funded in part by UMASH through a cooperative agreement from NIOSH/CDC, U54OH010170 and by the MDH through a cooperative agreement from CSTE/CDC 5U38OT000143. The contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.

Revised May 2020