



# PROTOCOLO AL ENTRAR EN CASA

ACCIONES FRENTE AL COVID-19

1



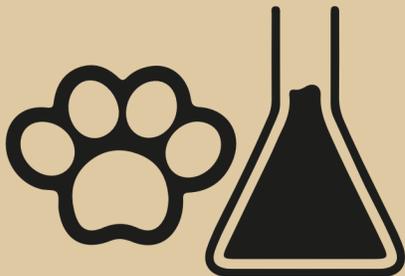
Al volver a casa intenta no tocar nada

2



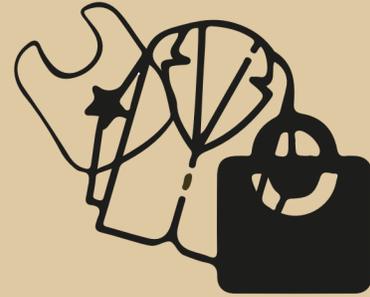
Quítate los zapatos, límpialos y ponte pantunflas o sandalias

3



Desinfecta las patas de tu mascota si la estabas paseando

4



Recomendable con cloro y agua caliente

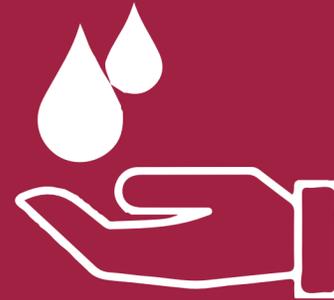
Quítate la ropa exterior y métela a una bolsa para lavar

5



Deja bolso, cartera, llaves, etc. en una caja en la entrada

6



Manos, muñecas, cara, cuello, etc

Báñate o si no puedes, lávate bien todas las zonas expuestas

7



Limpia el celular y lentes con agua y jabón o alcohol

Prepara la solución con 2 cdas. de cloro por 1 lt. de agua



Si puedes utiliza guantes

Desinfecta las superficies de lo que hayas traído a casa antes de guardarlo

9



Quítate los guantes con cuidado, tíralos y lávate las manos

10



Recuerda que no es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo



# SALUD

SECRETARÍA DE SALUD

# DGE

DIRECCIÓN GENERAL  
DE EPIDEMIOLOGÍA

# INDRE

INSTITUTO DE DIAGNÓSTICO  
Y REFERENCIA EPIDEMIOLÓGICOS

## PROTOCOLO PARA SALIR DE CASA

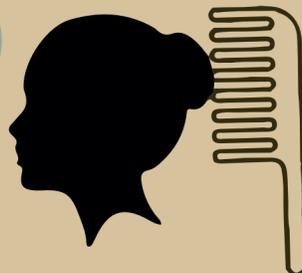
### ACCIONES FRENTE AL COVID-19

1



Al salir, usa ropa de manga larga

2



Recógete el pelo, no lleves aretes, pulseras, o anillos  
Te tocarás menos la cara

3



Si tienes mascarilla, pónstela al final, justo antes de salir

4



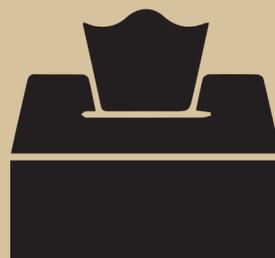
Intenta no usar el transporte público

5



Si vas con tu mascota, procura que no se roce con superficies en el exterior

6



Lleva pañuelos desechables, úsalos para cubrir tus dedos al tocar superficies

7



Arruga el pañuelo y tíralo en una bolsa cerrada al basurero

8



Si toses o estornudas, utiliza el ángulo interno del brazo

9



Intenta no pagar en efectivo, en caso de utilizar efectivo desinfecta tus manos

10



Lávate las manos después de tocar cualquier objeto y superficie o lleva gel desinfectante

11



No te toques la cara hasta que tengas las manos limpias

12



Mantente a distancia de la gente (1.5 m)



# PROTOCOLO DE CONVIVENCIA SI ALGUIEN TIENE COVID-19

## ACCIONES FRENTE AL COVID-19

1



**Dormir en cama separadas**

2



Prepara la solución  
con 2 cdas. de cloro  
por 1 lt. de agua

**Utilizar baños diferentes y  
desinfectarlo con cloro**

3



**No compartir toallas, cubiertos,  
vasos, etc**

4



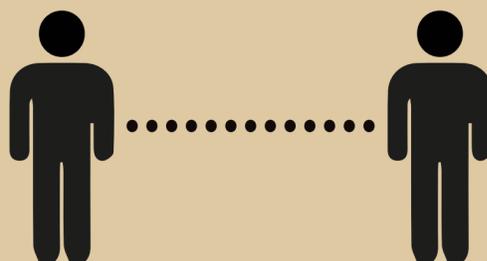
Interruptores, mesas, respaldo de sillas, perillas, etc.  
**Limpiar y desinfectar a diario las  
superficies de alto contacto**

5



**Lavar ropa, sábanas y toallas  
muy frecuentemente**

6



**Mantener distancia, dormir en  
habitaciones separadas**

7



**Ventilar a menudo Las  
habitaciones**

8



**Llamar al teléfono designado si  
se presenta más de 38° de fiebre  
y dificultad para respirar**

9



**No rompas la cuarentena  
durante 2 semanas. Cada salida  
de casa es un reinicio del contador**