

SEGUIMOS CUIDANDO NUESTRA SALUD

Estamos en un momento muy especial. Por eso, tenemos que poner todo nuestro esfuerzo en seguir las medidas de prevención para evitar expandir los contagios.

Si tenés indicación médica de aislamiento en tu casa, seguí estas recomendaciones para protegerte a vos y a las personas más cercanas.



Permanecé en una habitación separada y con la puerta cerrada.



Mantené, de ser posible, una distancia mínima de 2 metros con los otros habitantes de la casa.



Evitá compartir la vajilla. Luego de que la utilices debe ser lavada con agua caliente y detergente.



Si tenés que salir de la habitación, recordá lavarte las manos y ponerte barbijo.



Cada vez que uses el baño hay que desinfectarlo con lavandina diluida en agua.



Al toser o estornudar, cubrí siempre tu boca y nariz con el codo flexionado o con pañuelos descartables.



Ventilá la habitación con frecuencia. No se recomienda prender el ventilador o el aire acondicionado.



La ropa personal, la ropa de cama y las toallas son de uso exclusivo. Deben cambiarse con frecuencia y ser transportadas en una bolsa cerrada.



Si vivís solo, mantené contacto con tus familiares y amigos para que te acompañen en este momento y te brinden ayuda alcanzandote lo que necesites.

Si convivís con alguien con indicación de aislamiento, estas son nuestras recomendaciones.



Higienizá tus manos con agua y jabón muchas veces al día.



Evitá el contacto directo con cualquiera de sus fluidos corporales.



Alcanzale los productos indispensables usando guantes y barbijo. Una vez utilizados, descartá inmediatamente los guantes y lavate las manos.



Si necesitás brindarle algún cuidado a menos de 1 metro de distancia, ambos deben colocarse barbijo.



Recordá que deberás cumplir 14 días de aislamiento después del último contacto con el afectado.



Ante la aparición de síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, pérdida repentina del olfato o gusto, comunicate con el servicio de salud.

Ahora más que nunca, nos cuidamos entre todos.

Si necesitás hacer una consulta, podés contactarte con **Recursos Humanos** creando un caso en **HRDirect**.