

# COVID-19

## AL SALIR Y AL ENTRAR A CASA



Microbiología, F. Química / F. Ciencias, Udelar



# Al salir de casa - ¿cómo nos preparamos?

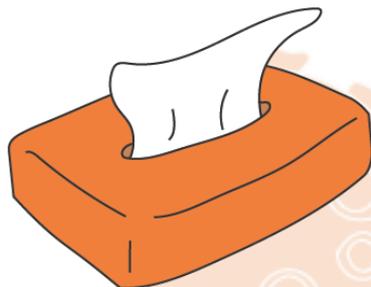


Usá ropa de manga larga  
(como una campera)



Si tenés pelo largo, atátelo. No  
llevés caravanas, pulseras o  
anillos.

Llevá:



Pañuelos



Alcohol en  
gel



Bolsa chica  
para residuos



# Al salir de casa - ¿cómo nos preparamos?

Si vas a usar tapabocas colocáelo justo en el momento antes de salir.

Para más información sobre cuándo y cómo usar tapabocas, ingresá a:

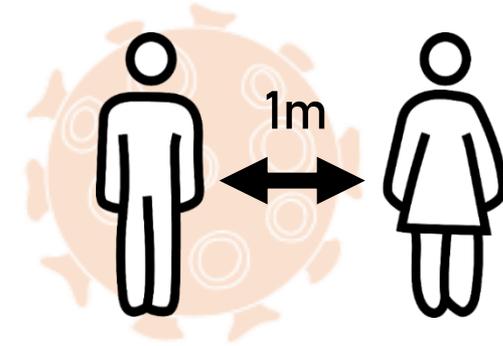


[bit.ly/2UFMjZD](https://bit.ly/2UFMjZD)



# Al salir de casa - ¿qué cuidados tomar?

Recordá mantener distancia de al menos 1 metro con otras personas.



Si tosés o estornudás, cubrite con el pliegue del codo o con un pañuelo descartable.



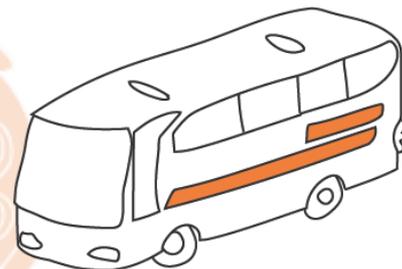
No te toques la cara hasta que puedas lavarte bien las manos con agua y jabón.





# Al salir de casa - ¿qué cuidados tomar?

Evitá usar el transporte público siempre que te sea posible.



Intentá no pagar con efectivo. Billetes y monedas pueden llevar el virus de una persona a otra.

Usá tu mano **NO HÁBIL** para tocar superficies como: baranda del ómnibus, POS de tarjetas, pestillos, timbres, botones del ascensor, etc.



También podés usar un pañuelo descartable para cubrir tus dedos y evitar tocarlas. Luego de usarlos, arrugalos, colocalos en una bolsa y tirala cerrada a la basura.



El uso de guantes **NO SE RECOMIENDA** como medida de prevención de uso general.



# Al entrar a casa – pasos a seguir

1

Sacate los zapatos y el abrigo y dejalos en la entrada, al igual que la cartera, el bolso y las llaves.



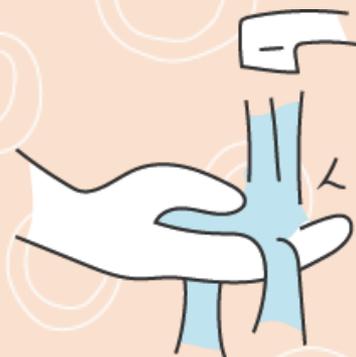
2

Si estabas paseando a tu mascota, lavales las patas con agua y jabón.



3

Cuando entres a la casa no toques nada, jantes lavate bien las manos, cara y cuello con abundante agua y jabón!

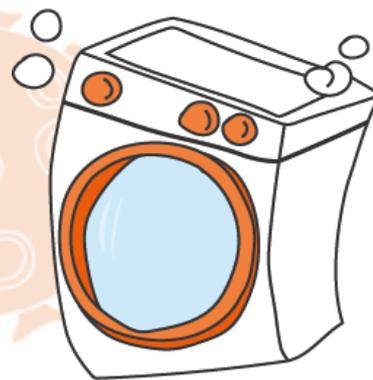




# Al entrar a casa – pasos a seguir

4

Cambiate de ropa y poné a lavar la que usaste para salir.



5



Lavá los lentes con agua y jabón y desinfectá el celular, las llaves y tarjetas que hayas usado con alcohol isopropílico o etanol.

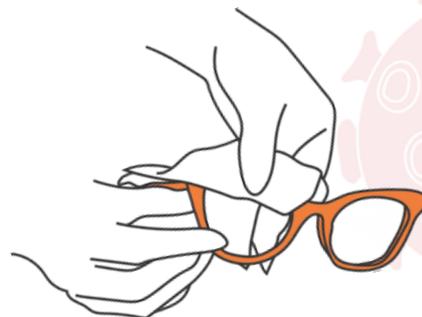
6

Si fuiste a hacer compras, desinfectá la superficie de todo lo que hayas traído de afuera antes de guardarlo.





# Al entrar a casa – pasos a seguir



Para saber cómo desinfectar, podés consultar los folletos “Desinfectantes en el hogar” y “Alcohol”

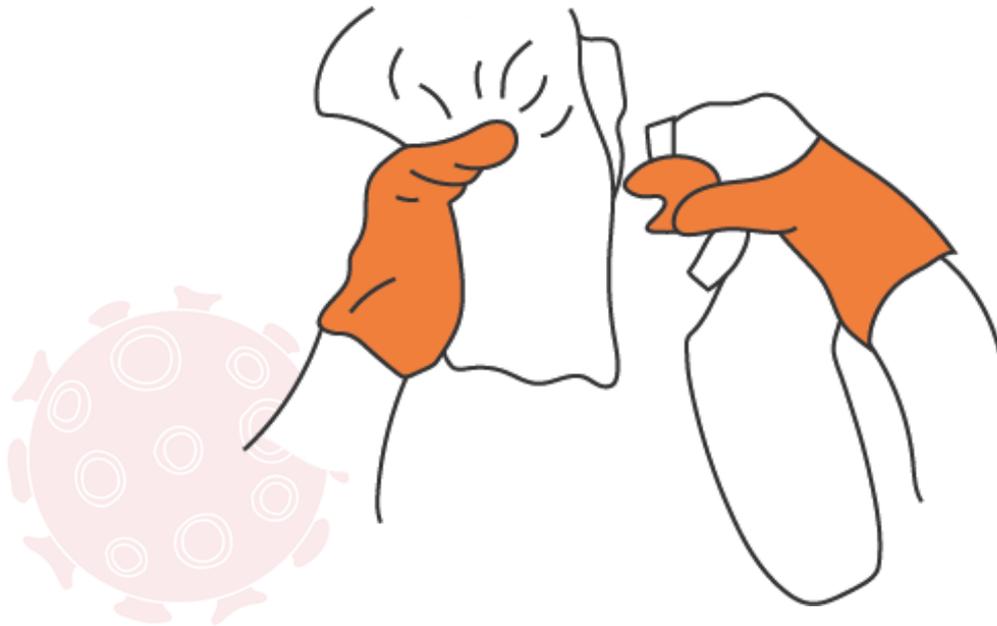
[bit.ly/2UFMjZD](https://bit.ly/2UFMjZD)

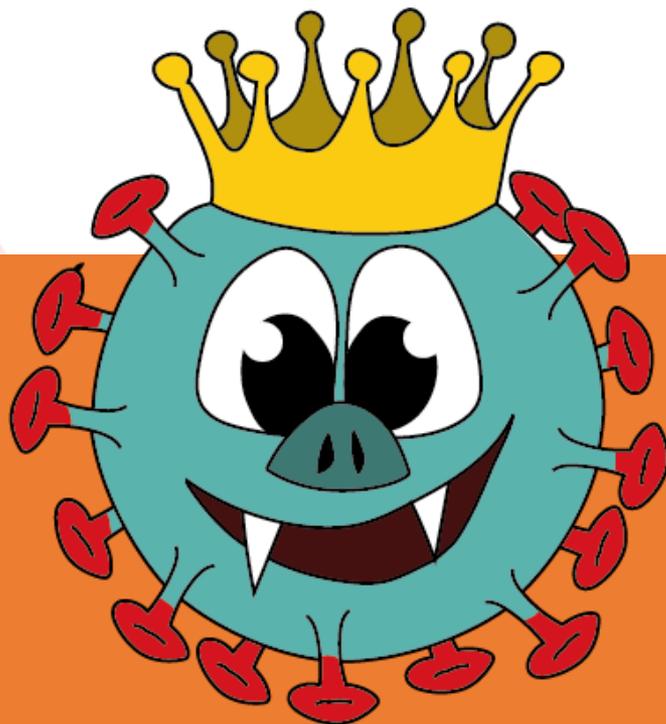




# Al entrar y al salir de casa

**Recordá que no es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo.**





Prevenir  
enfermedades  
es compromiso  
de todos

Área Microbiología



## SITIOS DE INFORMACIÓN



[www.paho.org/es](http://www.paho.org/es)



Ministerio  
de Salud Pública

[www.msp.gub.uy](http://www.msp.gub.uy)

## LÍNEAS de COMUNICACIÓN MSP



0800 19 19 24 horas



098 99 99 99



@MSPUruguay