

APÉNDICE C

PROTOCOLO GENERAL DE ACCIÓN EN CASO AMENAZA BIOLÓGICA

PREVENCIÓN

Practicar las medidas básicas de higiene personal protege de diversas enfermedades infecciosas, por lo que te recomendamos:

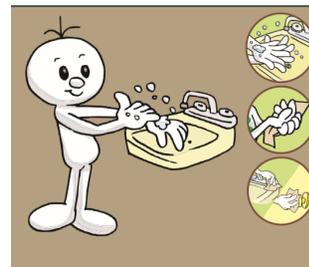
- Lávate las manos frecuentemente (al llegar de la calle, periódicamente durante el día, después de tocar áreas de uso común, después de ir al baño y antes de comer).
- Cubre tu nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo del codo al toser o estornudar.
- Nunca escupas en el suelo. De ser necesario escupir hazlo en un pañuelo desechable, tíralo a la basura y lávate las manos.
- Mantén una higiene adecuada de tu entorno (casa, oficina, centro de reunión, etc.) ventila las áreas y permite la entrada del sol.
- Lava y/o plancha frecuentemente bufandas, guantes, abrigos, rebozos, etc., de preferencia después de cada uso.
- No toques la nariz, boca, y ojos con las manos sucias.

MITIGACIÓN Y CONTROL

Mantén las medidas de sana distancia recomendadas por las autoridades de salud:

- Si tienes padecimientos respiratorios mantén un resguardo protector en casa: reducir la frecuencia de contacto entre las personas disminuye el riesgo de propagación de enfermedades transmisibles.
- Acude al médico si presentas algún síntoma mencionado por las autoridades sanitarias.
- La forma más eficaz de contagio de una persona a otra es a través de gotitas suspendidas en el aire (aerosoles) o depositadas en superficies. Para mantener una sana distancia y reducir la probabilidad de exposición y por lo tanto de contagio se sugieren distancias de: 1.50, 1.80, 1.95 y 2.25 mts. de acuerdo al nivel de alerta establecido por las autoridades sanitarias.
- Atiende las medidas recomendadas por las autoridades sanitarias para disminuir la propagación de enfermedades.

Técnica de lavado de manos



1. Con agua y jabón (de preferencia líquido) talla enérgicamente palmas, dorso y entre los dedos.
2. Lávalas por lo menos 15 segundos, no olvides las muñecas, y enjuágalas completamente.
3. Seca completamente las manos con papel desechable.
4. Cierra la llave del agua y abre la puerta con el mismo papel.