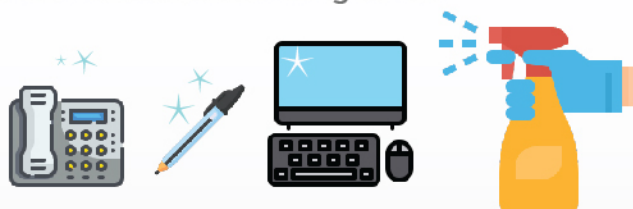


LIMPIE ÁREAS DE TRABAJO

La limpieza de las superficies reduce el riesgo de infección, ya que el virus que causa el COVID-19 puede depositarse sobre ellas. Siendo recomendable lo siguiente:



- Limpie escritorio, computadora, teclado, mouse, teléfono de oficina, celular, bolígrafos.



- Evite el uso compartido de equipos u objetos, si esto no es posible, limpie los mismos antes de utilizarlos.



Si desea saber más, acérquese a la Comisión de Seguridad, Higiene y Medio Ambiente en el Trabajo constituida en su centro laboral.

**¡SU SALUD ES
RESPONSABILIDAD
DE USTED!**



GOBIERNO DE
MÉXICO



ISSSTE
INSTITUTO DE SEGURIDAD
Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS
TRABAJADORES DEL ESTADO

Para mayor información puede acudir a la:
**Jefatura de Servicios de Seguridad e Higiene
en el Trabajo**

Jesús García Corona Núm. 140, Piso 10, Ala "B"
Col. Buenavista Alcaldía Cuauhtémoc
C.P. 06350, Ciudad de México.

Teléfono: **55 51409617, Ext. 12282**

Correo electrónico
seguridadehigiene@issste.gob.mx

Liga para consultar material
www.gob.mx/issste/

Dirección Normativa de Prestaciones
Económicas, Sociales y Culturales

Subdirección de Pensiones



ISSSTE.MX



@ISSSTE_mx



ISSSTE MX



issste.mx



@issstemx



GOBIERNO DE
MÉXICO



ISSSTE
INSTITUTO DE SEGURIDAD
Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS
TRABAJADORES DEL ESTADO



**MEDIDAS DE
SEGURIDAD
ANTE EL
COVID - 19**

Conozca las principales acciones de prevención para evitar contagios de COVID-19 en su Centro de Trabajo.

gob.mx/issste

El 11 de Marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoció al COVID-19 como pandemia, hasta la fecha se han detectado variantes del virus (SARS-CoV-2), la última denominada Ómicron, la cual tiene la característica de propagarse más rápido.

Debido a la situación sanitaria que estamos enfrentando desde hace 2 años, se deben tomar las siguientes medidas preventivas para evitar la propagación del virus:



USE CORRECTAMENTE CUBREBOCAS

La principal vía de transmisión del virus es por “gotas aéreas” que expulsamos al hablar, al estornudar, al toser y que quedan flotando en forma de aerosol en ambientes cerrados, por ello la barrera para no infectarse es utilizar correctamente el cubrebocas.

LAVE FRECUENTEMENTE LAS MANOS

El lavado correcto de manos con agua y jabón ayuda a romper el ciclo de transmisión del virus, además de prevenir otras enfermedades.

Pasos para un correcto lavado de manos:

1. Moje sus manos
2. Aplique suficiente jabón
3. Frote las palmas

4. Posteriormente los dorsos
5. Talle los dedos entrelazados
6. Talle los pulgares
7. Luego los nudillos
8. Frote las uñas sobre las palmas de la mano
9. Enjuague bien con agua
10. Séquese muy bien con toallas de papel



En caso de no tener disponible agua y jabón, se recomienda el uso de desinfectantes de manos a base de alcohol, (al menos un 60% de alcohol).

Frote el desinfectante por todas sus manos, asegurándose de cubrir la parte entre los dedos y el dorso de las manos. No limpie, ni enjuague el desinfectante antes de que éste se seque.

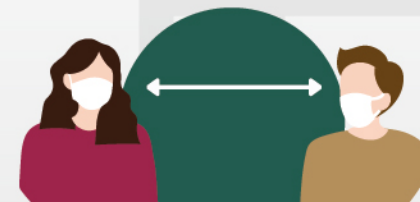
Evite tocar con sus manos: cara, ojos, nariz y boca.



VENTILE ESPACIOS DE TRABAJO

Es importante abrir ventanas y puertas para favorecer la ventilación durante y después de las actividades.

Considerando que la vía de transmisión del virus es aérea, la ventilación juega un papel clave como medida preventiva.



MANTENGA UNA DISTANCIA SEGURA

Aplique la sana distancia entre las personas y así reduzca el riesgo de propagación del virus.

Será importante seguir las siguientes indicaciones en los Centros de Trabajo:

- Mantenga una distancia con los derechohabientes o compañeros(as) de trabajo (al menos 1.5 m).
- Evite los saludos de beso, mano o abrazo.
- Evite el contacto directo sin cubrebocas, careta facial u ocular.
- Evite reuniones en donde no se respete la distancia segura.