



POLITÉCNICA

UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS

BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE

INFORMACIÓN - COVID 19



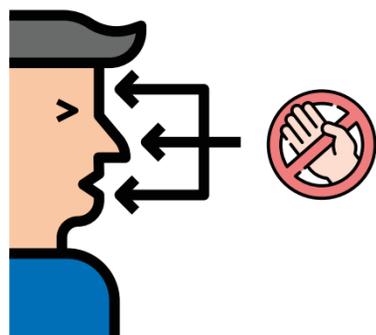
Cubre tu boca y nariz al toser o estornudar utilizando pañuelos de papel.



Tira los pañuelos sucios a la basura.



Si no tienes pañuelos de papel, tose o estornuda en la parte interior del codo.



Evita tocarte con las manos los ojos, la nariz y la boca.



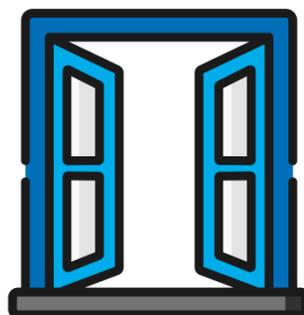
Evita saludar dando la mano o besos.



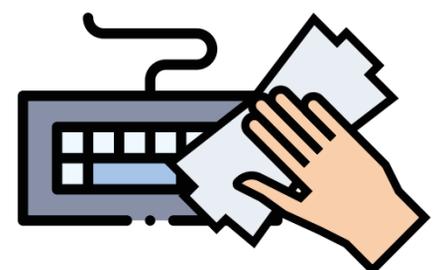
Lávate las manos de manera frecuente con agua y jabón o una solución hidroalcohólica, sobretodo después de toser y estornudar.



No compartas objetos personales, de higiene o aseo como vasos, toallas, botellas, etc.



Mantén adecuadamente ventilado tu espacio de trabajo.



Limpia con frecuencia superficies y objetos de uso común.