

COVID-19 PREPARACIÓN Y RESPUESTA EN LUGARES DE DETENCIÓN

MEDIDAS BÁSICAS DE PROTECCIÓN

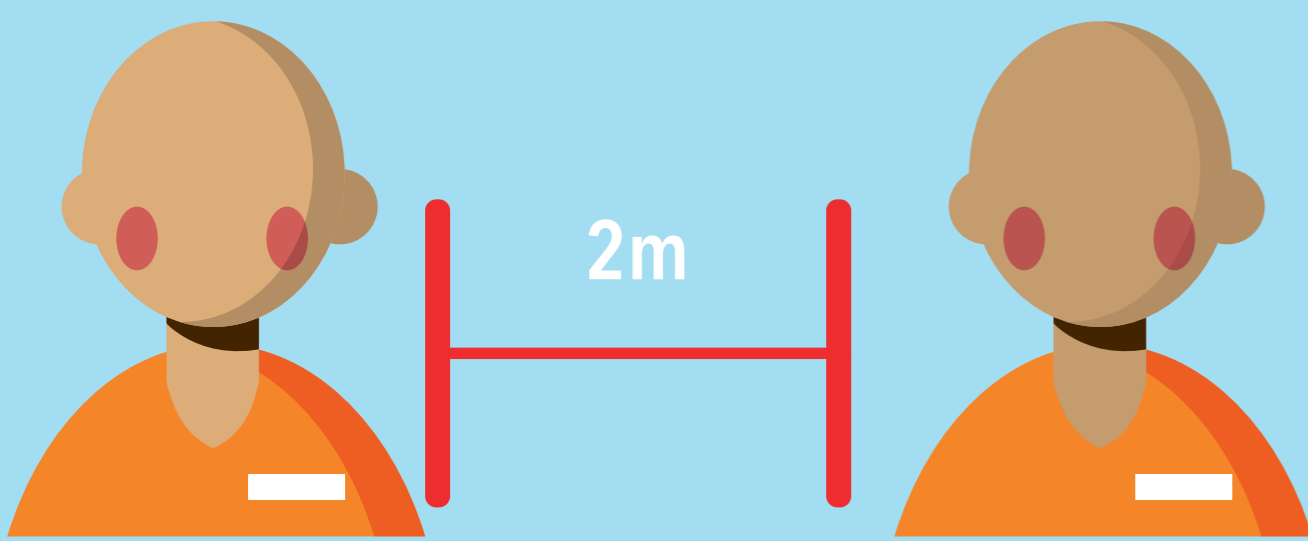


LAVE

Lave a menudo las manos con agua y jabón, particularmente antes de comer y antes y después de ir al baño.

EVITE

No se toque la cara con las manos. Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si usted toca algún área de su cara con las manos sucias, puede transferir el virus de la superficie a usted mismo.



ATENCIÓN

Mantenga distancia física de al menos 2 metros con las demás personas (si es posible) y evite contacto físico no esencial – particularmente si la persona está tosiendo, estornudando o tiene fiebre.

PRECAUCIÓN

Si usted tose o estornuda, hágalo en la parte interior de su codo, no en su mano. Otra manera es cubrir la tos o el estornudo con un pañuelo desechable, luego tirarlo a la basura. En ambos casos, lave sus manos inmediatamente con agua y jabón.



PROTEJA

Si tiene algún síntoma de COVID-19 u observa a otros con síntomas, informe al administrador de la prisión inmediatamente y busque cuidados médicos.

CALMA

Mantenga la calma y siga las instrucciones escritas y verbales emitidas por el personal penitenciario.



¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS?



MOJE LAS MANOS Y CIERRE LA LLAVE



APLIQUE JABÓN



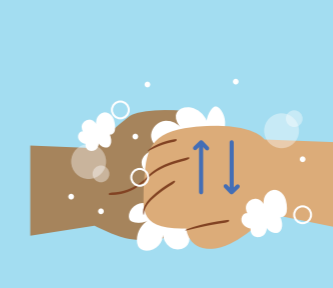
ESTREGUE



LAVE EL DORSO



ESTREGUE ENTRE LOS DEDOS



ESTREGUE LOS NUDILLOS CONTRA LA PALMA OPUESTA



LAVE LOS PULGARES



LAVE LAS UÑAS



ENJUAGUE



SEQUE CON UN PAPEL O TOALLA



USE LA TOALLA O PAPEL PARA CERRAR LA LLAVE



SUS MANOS ESTÁN LIMPIAS