



RECOMENDACIONES DE AUTOPROTECCIÓN Y CUIDADO PARA PREVENIR RIESGOS DE CONTAGIO COVID-19



ES MEJOR PREVENIR

AL VISITAR PLAZAS, JARDINES Y CENTROS COMERCIALES

1 **Evita acudir a lugares** con aglomeración de personas o en horarios altamente concurridos.

2 **Procura llevar contigo** únicamente la cantidad de efectivo necesaria, así como mantener contigo tus pertenencias en todo momento para reducir robos o extravíos.

3 **Asegúrate de usar cubrebocas** correctamente en todo momento, especialmente en espacios cerrados y llevando a cabo un lavado frecuente de manos y uso de gel antibacterial.

4 **Evita hablar con personas extrañas** y en caso de requerir información consultar previamente a través de plataformas digitales o con personal y autoridades debidamente identificadas.

5 **Respetar los señalamientos** de distanciamiento social de al menos 1.5 metros entre cada persona.

6 **Limita tu contacto social** únicamente con tus acompañantes previniendo el riesgo de contagios, en caso de compras se recomienda acudir de 1 a 2 personas por familia.

7 **Al estornudar o toser,** aplica el estornudo de etiqueta, cubriendo nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.

8 **Planifica tus compras con anticipación,** así lograras reducir los tiempos al interior de centros comerciales y supermercados.

9 **Da prioridad al pago por medios electrónicos** tanto para compras como para estacionamientos o servicios, evitando así el contacto físico.

10 **En caso de presentar síntomas** como fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, quédate en casa.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx

