

CONVIVENCIA CON UNA PERSONA DE ALTO RIESGO

Si el trabajador convive con personas con condiciones de alto riesgo para el COVID-19 como lo es un adulto mayor igual o mayor a 60 años, o con personas que presenten trastornos neurológicos, trastornos pulmonares, trastornos

cardiovasculares, trastornos hematopoyéticos, trastornos hepáticos, trastornos metabólicos, embarazo y tabaquismo, o con personal de servicios de salud, debe extremar medidas de precaución tales como:



a. Si usted salió a la calle y tuvo contacto con otras personas, transporte de servicio público, o convive con personal de servicio de salud, **procurar mantener la distancia de dos metros.**

b. Utilizar tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio con la persona de riesgo, **al cocinar y servir la comida.**



c. Aumentar la ventilación del hogar. Ventilar a menudo las habitaciones.

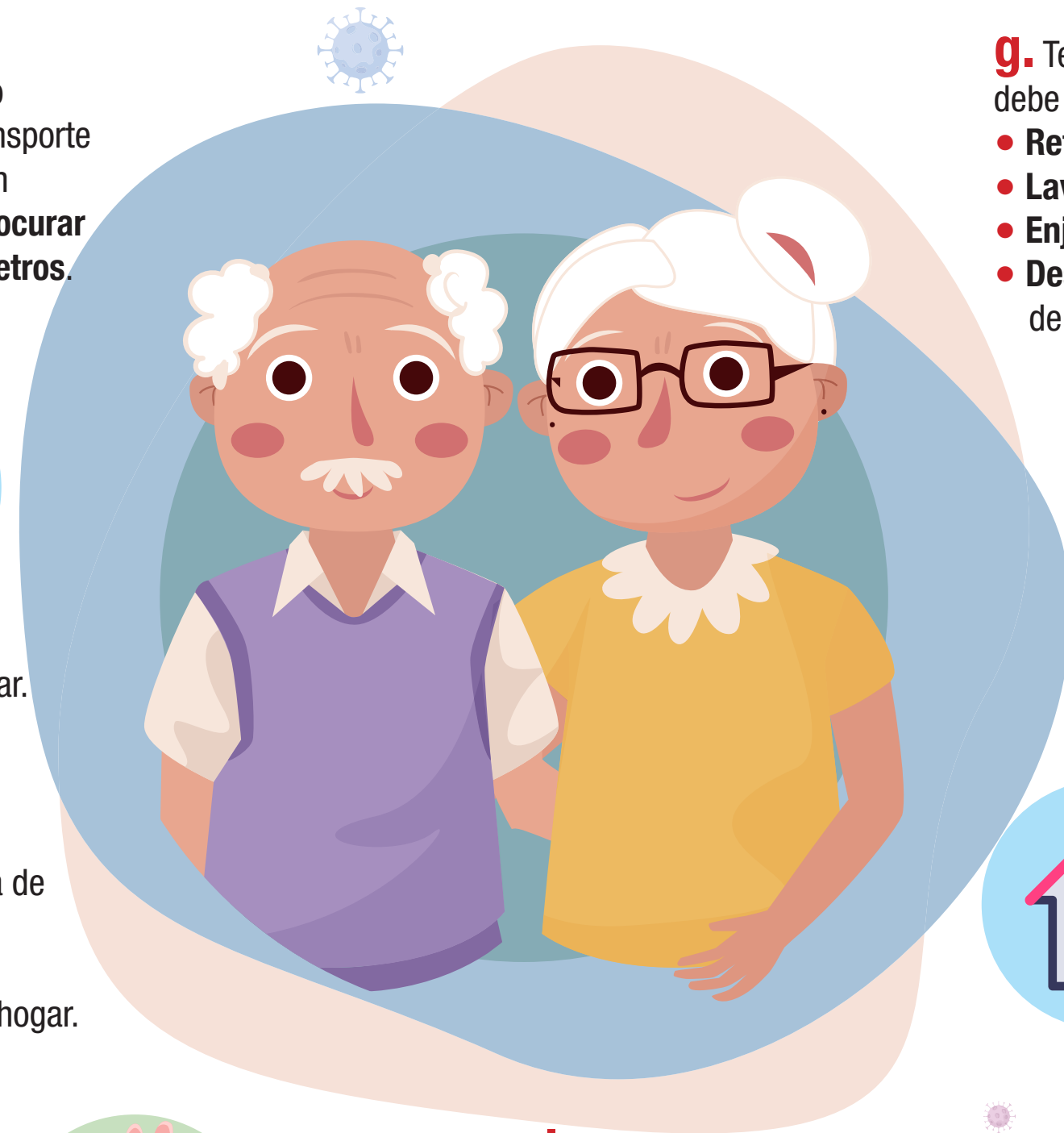


d. Si es posible, **asignar un baño y habitación** individual para la persona de riesgo. Si no es posible, aumentar ventilación, limpieza y desinfección de superficies de todas las áreas del hogar.

e. Cumplir a cabalidad con las recomendaciones de **lavado de manos** e higiene respiratoria impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.



f. **Lavar y desinfectar** en forma regular pisos, paredes, puertas y ventanas, e incrementar estas actividades en las superficies de los closets, roperos, armarios, barandas, pasamanos, picaportes, interruptores de luz, puertas, gavetas, topes de puertas, muebles, juguetes, bicicletas y todos aquellos elementos con los cuales las personas de la familia tienen contacto constante y directo.



g. Tener en cuenta que la limpieza y desinfección debe realizarse procurando seguir los pasos:

- **Retiro de polvo**
- **Lavado** con agua y jabón
- **Enjuague** con agua limpia
- **Desinfección** con productos de uso doméstico



h. **Limpiar y desinfectar** todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda o que es de manipulación diaria como: computadores, mouse, teclados, celulares, teléfonos fijos, control remoto, otros equipos electrónicos de uso frecuente los cuales se deben asear con un paño limpio impregnado de alcohol o con agua y jabón, teniendo precaución para no averiarlos.

i. Dormir en **camas separadas**. Si es posible dormir en habitaciones separadas.

j. **No compartir** toalla, cubiertos, vasos, etc.

k. **Lavar** ropa, sábanas y toallas con frecuencia.

l. En caso de presentar complicaciones en la sintomatología, dificultad respiratoria o más de 38° de fiebre, deberá llamar a su EPS, o a las líneas de la Secretaría de Salud:

- En Bogotá 123
- En Barranquilla 3793333, 3175173964, 3153002003
- En Cartagena 3174016183
- En Cúcuta 3202714512
- En Pereira 3022907490
- En Socorro 6978788 ,6978785
- En Cali 4865555 ,6206819 opción 7 o WhatsApp 3165376596

m. A la línea de atención de ARL SURA:

- En Bogotá 4055911
- Desde otras ciudades 018000511414 opción 0
- Atención médica exclusiva 3024546329.

No incumpla la cuarentena durante dos semanas. Cada salida de casa es un reinicio del contador.



UNIVERSIDAD LIBRE
Vigilada Mineducación

