



# Protéjase al trabajar en cocinas y limpiando casas

¿Está enfermo o ha estado expuesto a alguien que está enfermo?

**SI**

**Quédese en casa. Hágase una prueba.**

Llame al 311 si necesita ayuda o tiene alguna pregunta. Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

**NO**

**Siga estos consejos para cuidarse en el trabajo y en casa.**



## Protéjase

- Todos deben:
  - usar un cubrebocas
  - mantener la distancia física
  - lavarse las manos con agua y jabón con frecuencia
- Quienes viven allí deben salir de casa o por lo menos quedarse en un cuarto diferente mientras usted está trabajando ahí
- Abra las ventanas



## Desplazamientos

- Si es posible, evite transportarse en automóvil compartido o en grupo
- Si comparte un automóvil/microbús para ir al trabajo:
  - todos deben de usar cubrebocas
  - abra todas las ventanas y use la ventilación del automóvil para que entre aire fresco



## Productos

- Ahora las personas que viven allí, deben proporcionar productos de limpieza y cocina



## Limpeza

- Antes y después de realizar su trabajo, recuerde limpiar las superficies compartidas, tales como:
  - manijas de puertas
  - interruptores de luz
  - manijas en los baños
  - puertas de refrigeradores
  - teclas de computadoras
  - barandas de escaleras
  - cualquier herramienta/producto que haya traído dentro de la casa
- Ponga los pañuelos, las toallas de papel y los guantes desechables que haya usado en una bolsa antes de ponerlos en el bote de basura
- Limpie el equipo de limpieza con desinfectante después de realizar la limpieza



## Pasar la aspiradora

- Solo pase la aspiradora en cuartos donde no hay otras personas
- Cuando pase la aspiradora, apague los ventiladores y el calentador/aire acondicionado

