Cuidados para prevenir contagios en el hogar

- Uso de tapabocas permanente.
- Frecuente uso de gel antibacterial o alcohol.
- Distanciamiento social no menor a 2 metros
- Lavado de manos como mínimo cada dos horas con agua y con jabón.
- Limpieza y desinfección en áreas críticas del hogar (baños, manijas, cocina y dormitorios).
- Tomar abundante agua.
- consumo de frutas que sean ricas en vitamina c.
- Evitar las visitas
- Evitar frecuentar sitios donde se evidencie aglomeraciones
- No retirarse el tapabocas para hablar.
- mantener su casa lo más ventilada posible.
- En caso de presentar dificultad respiratoria o síntomas fuertes comunicarse con su EPS o dirigirse al centro de atención más cercano de forma inmediata.
- Cambiarse de ropa al llegar a casa
- En caso de tener síntomas gripales activar la estrategia DAR (detecto, aisló y reporto)