



TOD@S CONTRA el coronavirus

¿QUÉ PODEMOS HACER LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS?



Antes de ir a trabajar

- Limita al máximo los contactos personales respetando las medidas generales de prevención y movilidad
- Lava la ropa de trabajo a más de 60º
- Ven al trabajo solo/a
- Si es posible trae puesta desde casa la ropa de trabajo



Ya en tu puesto

- Si tu puesto de trabajo los requiere, a tenor de la evaluación de riesgos laborales, los EPIS te ayudan ahora más que nunca: mascarilla, gafas, pantalla facial y guantes te protegen del virus
- Ventila y limpia con frecuencia tu entorno de trabajo
- No te toques la cara



En intervenciones en tu máquina o cadena

- Mantén al menos 2 mts de distancia
- No dejes de usar los EPIS asignados a tu puesto de trabajo, según la evaluación de riesgos laborales
- Lávate la manos, limpia y ventila el entorno antes y después de la intervención



Al entrar al trabajo

- No toques nada con las manos
- Ve directamente al vestuario para equiparte de inmediato con los EPIS asignados a tu puesto de trabajo, según la evaluación de riesgos laborales
- Extrema la limpieza de manos



En la pausa

- Mantente al menos a 2 mts de distancia de tus compañeros/as
- No te reunas en grupos
- Lávate las manos antes y después de la pausa



A la hora de salir del trabajo

- No te duches en el trabajo, siempre que sea posible hazlo en tu casa
- Llévate tu ropa de trabajo a casa y lávala allí
- Si notas síntomas (dolor de cabeza, tos, dificultad respiratoria) no acudas al trabajo y ponte en contacto con tu empresa y tu centro de salud .

