

## ¿Qué debemos hacer empleadores y trabajadores para cuidar nuestra salud?

La prevención es primordial para evitar los posibles contagios, requiere principalmente de las siguientes medidas:

- Lávate las manos frecuente. Utiliza agua, jabón y toallas de papel desechable.



- Cubre tu nariz y boca al toser y estornudar, con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.

- Evita saludar de beso, mano y abrazos y, compartir alimentos y bebidas.



- Mantén limpio tu lugar de trabajo.

- Ante la presencia de síntomas respiratorios, acude a tu unidad de salud para recibir atención médica.



## Nuevo Coronavirus COVID-19

### Orientación para empleadores y trabajadores



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

## ¿Qué son los coronavirus?

Son una familia de virus que causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves y circulan entre humanos y animales.



En caso de presentar síntomas de infección respiratoria, se recomienda a los trabajadores que acudan a su unidad de salud y si el médico lo indica, se queden en casa para su recuperación.



**Los trabajadores deben notificar a su jefe inmediato/supervisor si se va a ausentar por esta causa.**

## ¿Cómo se transmite?

El nuevo coronavirus COVID-2019, es capaz de transmitirse de persona a persona.

Se trasmite de una persona infectada a otras a través de las gotitas de saliva que son expulsadas al toser y estornudar, al tocar o estrechar la mano de una persona enferma, o al tocar un objeto o superficie contaminado con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos antes de lavarse las manos.

## ¿Cuáles son los síntomas?



## Como empleador, ¿Qué debo hacer en el entorno laboral para cuidar la salud de todos?

- Asegúrate de que los trabajadores tengan vigencia en su sistema de seguridad social, tengan acceso directo a los servicios de salud pública o privada para el otorgamiento de su licencia o incapacidad, según sea el caso.
- Verifica la disponibilidad de agua y jabón.
- Coloca a la entrada del inmueble gel con base de alcohol al 70%.
- Asegura la limpieza y desinfección de superficies y objetos de uso común como mesas, escritorios, herramientas, manijas, teléfonos, equipos de cómputo, etc.
- Ventila y permite la entrada del sol a los espacios cerrados, evitando corrientes de aire.

