

---

RECOMENDACIONES  
PARA EVITAR EL CONTAGIO  
DEL COVID-19

EN CALL  
CENTERS

---



¡Hola!

ARL SURA ha elaborado un plan de choque contra el COVID-19 que incluye diversas estrategias para controlar y evitar el contagio de este virus.

En esta ocasión, brindaremos algunas pautas para los **trabajadores en los call centers**. Por esto, te invitamos a escuchar atentamente y a seguir los pasos a continuación:

**1** Limpia y desinfecta los objetos y superficies que se tocan con frecuencia.

La limpieza y desinfección de los objetos que utilizas para tus actividades y de las superficies de trabajo ayuda a la eliminación de los virus que puedan estar presentes en ellos, minimizando así su transmisión.

**2**

**Infórmate en fuentes oficiales y confiables como el Ministerio de Salud, el Instituto Nacional de Salud, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el sitio web de ARL SURA.**

En esta época de redes sociales, en la cual la información abunda, cada vez es más difícil encontrar fuentes confiables. Por esto, recomienda a tus colaboradores evitar replicar o compartir información que no sea de entidades oficiales como la Organización Mundial de la Salud, el Ministerio de Salud y el sitio web de ARL SURA.

**3**

**Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón e invita a tus usuarios a realizarlo.**

Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón, mínimo por 20 segundos, o con un desinfectante de manos a base de alcohol al estar en contacto con otras personas u objetos, así como al ingresar o salir de las instalaciones de trabajo o zonas comunes.

En los baños se debe contar con jabón todo el tiempo, además, se debe disponer de elementos desechables para el secado de las manos, evitando el uso de toallas de tela.

**4**

**Al toser o estornudar, no lo hagas sobre tus manos. Usa el codo flexionado o un pañuelo desechable y no reutilizable.**

**5**

**Mantén el distanciamiento social.**

Conserva por lo menos un metro de distancia con las demás personas con las que tengas contacto, particularmente aquellas que tosan, estornuden o tengan fiebre. Promueve el autoaislamiento a los operadores del Call center y personal administrativo si presentan algún síntoma de gripa.

**6**

**Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.**

Las gotas de saliva expulsadas al toser o estornudar pueden entrar en contacto con la boca o la nariz de las personas que se encuentran cerca, o depositarse en las superficies como mesas, computadores, portátiles, objetos, entre otras, permaneciendo allí por horas. De ahí la importancia de mantener, reforzar y establecer nuevos procedimientos de las medidas higiénicas.

**7**

**Evita compartir artículos de uso personal.**

En la medida de lo posible, evita usar elementos como equipos celulares ajenos o de uso público. Cuando se habla, las gotas de saliva caen sobre estos equipos y puedes contagiarte al usarlos.

**8**

**Usa tapabocas solo si tienes síntomas de gripa.**

El uso del tapabocas no debe ser generalizado, solo deben usarlo las personas que estén con síntomas gripales.

**9**

**La ventilación es fundamental.**

En la medida de lo posible, se deben ventilar diariamente las áreas comunes como comedores, vestieres y demás áreas de la empresa siempre y cuando se permita abrir ventanales y puertas.

**10**

**Acata las recomendaciones que dan las autoridades de cada municipio y de carácter nacional.**

Te invitamos a que  
apliques estos consejos  
que ARL SURA ha  
preparado para ti.

