

# COVID-19



## RECOMENDACIONES DE PREVENCIÓN PARA DOCENTES

#AsegurateDeCambiarTusHábitos

¡Hola! 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, te compartimos algunas pautas para los docentes:

### CUIDADO PERSONAL

- Evita tocarte los ojos, la nariz o la boca con las manos.
- Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo, bótalo inmediatamente.
- Aplica, siempre que sea posible, medidas de distanciamiento social (mantén más de un metro de distancia con personas con sintomatología respiratoria).
- Cambia y lava tu uniforme o ropa de trabajo diariamente.
- La higiene de manos consiste en lavarse las manos con agua y jabón o con desinfectante de manos a base de alcohol. Tus uñas deben estar siempre cortas y limpias. Para esto utiliza un cepillo adecuado y jabón.



#### ¿Cuándo hacer higiene de manos?

- Antes de comenzar a trabajar.
- Luego de manipular documentos.
- Luego de utilizar el pañuelo para toser, estornudar o limpiarte la nariz.
- Antes y después de hacer uso del baño.
- Antes de ingerir alimentos.
- Después de llegar de la calle, saludar de mano a otras personas, o tocar superficies de instalaciones públicas como pasamanos o pomos de puertas.

### CUIDADO DE LOS ESTUDIANTES Y CUERPO ADMINISTRATIVO

Implementa rutinas de lavado frecuente de manos con agua y jabón, con una duración por lavado de 40 a 60 segundos.

#### ¿Cuándo hacer higiene de manos?

- Al llegar a la institución educativa.
- Al salir al descanso antes de ingerir alimentos y bebidas.
- Antes de entrar nuevamente al salón.
- Al llegar a casa.
- Después de cualquier actividad física.
- Antes y después de entrar al baño.
- Luego de utilizar el pañuelo para toser, estornudar o limpiarte la nariz.
- Los niños mayores de tres años, desde el inicio de sintomatología respiratoria, deben usar tapabocas y, en lo posible, no asistir a clases para permitir un mejor cuidado en casa y no exponer a los demás estudiantes.
- Recomienda a los estudiantes y al personal administrativo o docente, no asistir a la institución educativa y permanecer en casa ante síntomas de gripa o tos.
- Mantén separados a los estudiantes y al personal administrativo o docente que presenten cuadros gripales, de aquellos que estén sanos hasta que se puedan ir a su casa. Se recomienda mantener más de dos metros de distancia.
- Recomienda no tocarse la nariz, los ojos o la boca.
- Orienta a las familias para que comprendan y conozcan las razones por las cuales, en caso de presentar síntomas de gripa, es recomendable no enviar los estudiantes a la institución educativa.



### INSTALACIONES

Mantén los espacios ventilados, iluminados, limpios y libres de humo.

#### Limpieza y desinfección del entorno (insumos y superficies)

Aumenta la frecuencia de limpieza y desinfección con los productos o detergentes con los que se realiza habitualmente.

Asegúrate de limpiar objetos, superficies zonas y materiales de uso constante.

Desinfecta diariamente las de áreas comunes como comedores, baños, salas de juego, salones, auditorios, bibliotecas, entre otros.

#### Uso de elementos de protección personal

Los requeridos para la realización de la tarea.

#### Manejo de residuos

Promueve en los estudiantes y en toda la comunidad educativa el manejo correcto de los residuos



Para más información visita [www.segurossura.com.co/covid](http://www.segurossura.com.co/covid)

