

---

RECOMENDACIONES  
PARA EVITAR EL CONTAGIO  
DEL COVID-19

# EN EMPRESAS DEL SECTOR EDUCATIVO

---



¡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 instituciones educativas. **Por esto, te invitamos a escuchar atentamente y a seguir los pasos a continuación:**

**1** Brinda información oportuna y veraz a la comunidad educativa sobre el COVID-19 y todas las medidas de prevención.

Puedes usar la tecnología para realizar la divulgación de la información, asegurándote que esté siempre visible y legible, a través de avisos claros y concisos, como carteleras, afiches, pantallas o cualquier medio de difusión.

En el sitio web de ARL SURA hemos dispuesto de un micrositio sobre coronavirus con información de tu interés.

2

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

Los baños de las áreas de descanso, zonas comunes, entre otros, deben contar agua y jabón permanentemente. Además, se debe disponer de elementos desechables para el secado de las manos, evitando el uso de toallas de tela.

Esta práctica es especialmente importante al ingresar a la institución educativa, al salir al descanso, antes y después de cada comida, al reingresar nuevamente al salón y después de tocar objetos comunes.

3

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

Orienta a tus colaboradores para evitar el contacto con personas que no cumplan con estas recomendaciones, y si lo hacen, deben lavarse inmediatamente las manos con agua y jabón.

4

**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.

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 estudiantes, personal administrativo o docente si presentan algún síntoma de gripal.

**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**

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

Zonas como el aula de informática, salón de actos, sala de profesores, comedor, gimnasio, baños, biblioteca, escaleras, y objetos como interruptores de luz, manillas de puertas y barandillas, requieren limpieza especial y constante. Si bien las medidas de higiene son importantes en todos los espacios, en estas áreas la importancia es mayor dado el elevado tránsito de alumnos que pasan por ellas a lo largo del día.

**8**

**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.

**9**

**La ventilación es fundamental.**

Se deben ventilar diariamente las aulas, comedores, baños, y todas las dependencias de la institución. Se recomienda abrir las ventanas al menos antes de empezar y al terminar las clases.

**10**

**Usa tapabocas.**

El uso de tapabocas es obligatorio para ingresar y permanecer en el lugar. **Esto debe ser una instrucción muy clara para tus usuarios y proveedores.**

**11** Haz una adecuada gestión de los residuos.

Se aconseja que el personal que lo realice sea más estricto en cuanto a la protección utilizada para el manejo de estos utilizando siempre guantes de protección.

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

Permanece atento a las recomendaciones y órdenes que brinden las autoridades competentes como evitar los eventos con más de cierta cantidad de personas.

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

