

Si tienes que salir: recomendaciones higiénicas al llegar a casa



Fuera de casa

- Procura no tocar superficies y cuando lo hagas lávate bien las manos con agua y jabón
- La limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de guantes
- Evita tocarte ojos, boca o nariz
- Mantén la distancia de seguridad de 1-2 m
- Utiliza mascarilla cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad o en el transporte público
- Si usas coche, límpialo frecuentemente, sobre todo las superficies que más se tocan



Al llegar a casa

- Quítate los zapatos y déjalos cerca de la puerta
- Lávate las manos con agua y jabón
- Deja los objetos que no necesites en casa (llaves o cartera) cerca de la puerta
- Limpia los otros objetos que hayas usado fuera (móvil o gafas), usa pañuelos desechables y solución alcohólica, o agua y jabón
- No sacudas la ropa y cuando la laves, hazlo con agua caliente si es posible



26 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

**#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS**

