

# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Realiza** el pago de tus facturas  
por Internet.

Evita las aglomeraciones  
de personas en las filas.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Utiliza** tapabocas en casa  
si vives con **adultos mayores**  
de 60 años.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



Depende de  
**TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Realiza** tus compras por Internet  
Evita las aglomeraciones  
de personas en los supermercados.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



Depende de  
**TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Desinfecta** constantemente  
las superficies con mayor  
manipulación en tu casa

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



Depende de  
**TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Desinfecta** los objetos personales de uso constante como: celular, llaves y billetera.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Desinfecta** los objetos de manipulación diaria en los hogares como: controles, manijas de puertas, ventanas grifos de agua y lavamanos.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Lava** las prendas con las que  
estuviste en la calle al llegar  
a tu casa

# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Toma un baño** al llegar a tu casa y evita acercarte a las personas que están en tu hogar antes del baño.



Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.

# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Lava tus manos** al regresar a tu casa, antes de preparar o consumir alimentos, antes y después de usar el baño.

# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Desinfecta** al llegar a la oficina  
objetos como: computador, tablet,  
escritorio, teléfono, manijas  
de puertas y objetos compartidos.



Depende de  
**TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

Mantén el distanciamiento  
**físico** en el transporte público y  
el uso del tapabocas.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



Depende de  
**TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Utiliza** tapabocas incluso si  
vas en tu vehículo particular.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



Depende de  
**TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

**Utiliza** el tapabocas con  
responsabilidad en todo momento.

**HGM**  
Hospital General de Medellín  
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.

# Depende de **TODOS**

#NoBajemosLaGuardia

Si debo salir a realizar algo estrictamente necesario, utilizo camisa de manga larga, pantalón, zapatos tapados y llevo el cabello recogido. Evito el uso de accesorios y elementos no necesarios.