

Estado de Autocuidado Total

Si nos cuidamos avanzamos

El autocuidado es la clave para prevenir el contagio de Covid-19, por eso desinfecta los objetos personales de uso constante como: celular, llaves y billetera.



71
AÑOS
DESDE 1949
HGM
Hospital General de Medellín
Luz Cordero de Gutiérrez E.S.E.



Estado de Autocuidado Total

Si nos cuidamos avanzamos

No expongas tu vida ni la de tus seres queridos y tómate en serio las medidas de prevención, realiza tus pagos de manera electrónica.

71
AÑOS
DESDE 1949
HGM
Hospital General de Medellín
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.



Estado de Autocuidado Total

Si nos cuidamos avanzamos

Es responsabilidad de todos evitar el contagio de Covid-19 al movilizarnos en vehículo particular, por eso:

- Usa tapabocas.
- Deja las ventanas abiertas para que circule el aire.
- Desinfecta manillas, radio, comandos y volante.
- Limpia el baúl después de vaciarlo

71
AÑOS
DESDE 1949
HGM
Hospital General de Medellín
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.

Estado de Autocuidado Total

Si nos cuidamos avanzamos

Utiliza en los establecimientos comerciales, todos los protocolos de bioseguridad como:

El uso de tapabocas, el lavado frecuente de manos, la desinfección de zapatos al entrar y el distanciamiento físico de mínimo 2 metros por persona.

Prevenir el contagio de Covid-19 está en tus manos.

71
AÑOS
DESDE 1949

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

Estado de Autocuidado Total

Si nos cuidamos avanzamos

El autocuidado es la clave para prevenir el contagio de Covid-19 al movilizarnos en transporte público

- Usar tapabocas.
- Dejar las ventanas abiertas para que circule el aire.
- Conservar el distanciamiento social
- Lavar las manos al llegar a tu destino.



71
AÑOS
DESDE 1949
HGM
Hospital General de Medellín
Luz Castro de Gutiérrez E.S.E.

Estado de Autocuidado Total

Si nos cuidamos avanzamos

Es importante que mantengas los protocolos de bioseguridad en tu lugar de trabajo, como:

- Tomar la temperatura de los trabajadores a la entrada de la empresa.
- Garantizar el distanciamiento físico entre los trabajadores mínimo de 2 metros.



Estado de Autocuidado Total

Si nos cuidamos avanzamos



Al llegar a casa es muy importante lavarte las manos y lavar las prendas que estuvieron expuestas al virus.

¡Prevenir el Covid-19 depende de todos!

71
AÑOS
DESDE 1949

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