

DOCUMENTO DE PREVENCIÓN PARA LA APARICIÓN DE LA GRIPE A (H1N1)

Recomendaciones para reducir el riesgo de aparición de la nueva gripe.

Medidas de higiene personal:

- Cubrirse la boca y nariz al toser y estornudar con pañuelos de papel y tirarlos a la basura.
- Si no se tiene pañuelo de papel, toser y estornudar sobre el brazo para no contaminar las manos.
- Evitar tocar con las manos los ojos, la nariz o la boca.
- Lavarse las manos frecuentemente con jabón (durante 15-20 segundos), y sobre todo después de toser o estornudar.
- Emplear los dispositivos Higiénico sanitarios para desinfección instalados en los talleres y aseos.
- Limpiar más frecuentemente las superficies de muebles, pomos de las puertas, objetos... con los productos de limpieza habituales y ventilar más a menudo abriendo las ventanas.
- Evitar los besos y contacto muy cercano.
- No compartir objetos personales, de higiene o aseo como:
 - vasos.
 - toallas.
 - Material de escritura (lápices, bolígrafos, etc..)
 - Latas de refrescos.
 - Etc.