

# AI COVID-19

Lo combatimos  
TODOS



Asociación de Municipalidades Ecuatorianas

# PROTOCOLO DE SALIDA DE CASA



Al salir, ponte una chaqueta de manga larga.



Recógete el pelo, no llesves aretes, pulseras, o anillos.



Si tienes mascarilla, pónstela justo antes de salir.



Intenta no usar el transporte público.



Si vas con tu mascota, procura que no se roce con superficies en el exterior.



Lleva paños desechables, usalos para cubrir tus dedos al tocar superficies.



Arruga el pañuelo y tíralo en una bolsa cerrada al basurero.



Si toses o estornudas, cubrete con la parte interna del codo.



Intenta no pagar en efectivo, en caso de utilizarlo desinfecta tus manos.



Lávate las manos después de tocar cualquier objeto o superficie.



No te toques la cara hasta que tengas las manos limpias.



Mantente a distancia de la gente.

# PROTOCOLO DE CONVIVENCIA CON PERSONAS EN RIESGO



Dormir en camas separadas.



Utilizar baños diferentes y desinfectarlo de manera frecuente.



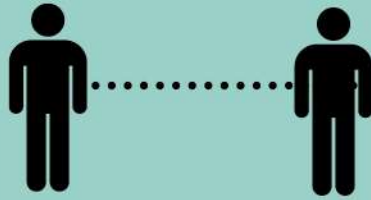
No compartir toallas, cubiertos, vasos, etc.



Limpiar y desinfectar a diario las superficies de alto contacto.



Lavar la ropa, sábanas y toallas muy frecuentemente.



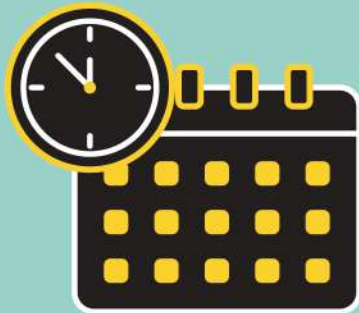
Mantener la distancia recomendada de al menos 1,5 metros.



Ventilar a menudo las habitaciones.



Llamar al teléfono 171 si se presenta más de 38° de fiebre y dificultad para respirar.



No rompas la cuarentena durante 2 semanas.  
Cada salida de casa es un reinicio del contador.

# PROTOCOLO DE ENTRADA EN CASA



Al volver a casa, intenta no tocar nada.



Quítate los zapatos.



Desinfecta las patas de tu mascota si la estabas paseando.



Quítate la ropa exterior y métela en una bolsa plástica para lavar.



Deja bolso, cartera, llaves, etc. en una caja en la entrada.



Lávate bien todas las zonas expuestas.



Desinfecta el móvil y las gafas con alcohol.



Limpia y desinfecta las superficies de lo que hayas traído de afuera.



Quítate los guantes con cuidado y lávate las manos.



Recuerda que no es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo.



**Para Prevenir el COVID-19**  
**#QuédateEnCasa**



[www.ame.gob.ec](http://www.ame.gob.ec)



@AMEcuador



AMEcuador