

Medidas generales y personales:

1. Implementar rutinas de lavado de manos frecuente con agua y jabón en los siguientes momentos:
 - Al llegar a la Universidad
 - Antes de ingerir alimentos y bebidas.
 - Al ingresar nuevamente a los salones.
 - Al llegar y salir de casa.
 - Antes y después de utilizar las baterías sanitarias.
 - Después de tener contacto con secreciones respiratorias, toser, o estornudar.
 - Después de tener contacto físico con otras personas.

El uso de gel antibacterial o alcohol, no reemplaza el lavado de manos con agua y jabón, se recomienda su uso cuando no se pueda acceder al jabón de manos, después de tres aplicaciones debe realizarse el lavado manos con agua y jabón. ([Ver instructivo para lavado adecuado de manos](#))

2. Evitar contacto y saludar de mano y besos, evitar el contacto menor de un metro con otras personas que estén cursando con síntomas respiratorios.
3. Hidratarse constantemente.
4. Al toser o estornudar, cúbrase la boca y nariz con el antebrazo.
5. Evite el contacto directo, no saludar de beso o de mano, no dar abrazos.
6. Evite asistir a eventos masivos o de cualquier tipo que no sean indispensables.
7. Realizar desinfección frecuente de salones de clase y oficinas con una solución a base de alcohol, realizar limpieza general de todas las superficies, mantener ventanas abiertas y buena ventilación en salones y lugares de trabajo.
8. Utilizar el tapabocas solo en caso de presentar síntomas respiratorios, se recomienda el uso de pañuelos desechables para sonarse.

Para más información, consulte la siguiente información de interés:

[Tips de prevención de enfermedades](#)

[Tips de prevención del Coronavirus](#)