

¿Qué higiene debemos tener en cuenta?

FUENTE: GABINETE DR. CARLOS VERONELLI



RESPONSABLE: MG. MONICA GUTIERREZ

Queremos acompañarlos en este momento especial que vivimos

Estamos en cuarentena, es un tiempo en el que no debemos salir de casa y aislarnos por razones sanitarias.

Esta es la única forma que tenemos para luchar contra la enfermedad que nos acecha (el coronavirus).

Este es un tiempo de "cuidado", nos cuidamos a nosotros mismos y cuidamos a nuestros padres, hijos, abuelos, parientes, amigos, vecinos, etc.

¿Como cuidarnos?

Extremando la Higiene !!!!



La higiene personal



Lavando nuestra ropa



Limpiando nuestra vivienda

En la higiene personal incluimos:

- ↪ Baño diario
- ↪ Lavado de Cabeza
- ↪ Lavado de Manos y Uñas
- ↪ Corte de Uñas y Cabello



En este momento el lavado de manos es una medida imprescindible, al llegar a casa, antes de comer, después de ir al baño, después de tocar animales... Es recomendable llevar siempre un desinfectante de manos, un paquete de pañuelos y toallitas desinfectantes. Debemos realizar la limpieza diaria en la vivienda, eliminar la basura, ubicarla en recipientes tapados, limpiar los depósitos donde se coloca la basura, y limpiar todos los objetos que utilizamos frecuentemente.

!!!RECORDEMOS QUE EL EJEMPLO VALE MAS QUE LAS PALABRAS!!!