

# Comienza tu vida laboral

Siempre seguro

Rol Ciencias Básicas



VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA Colmena Seguros S.A.



Colmena  
Seguros



UNA EMPRESA DE

FUNDACIÓN  
GRUPO SOCIAL

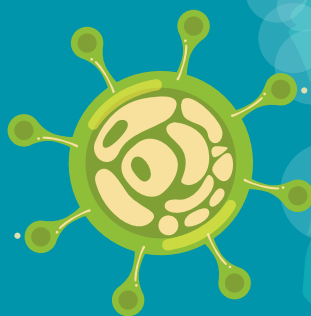
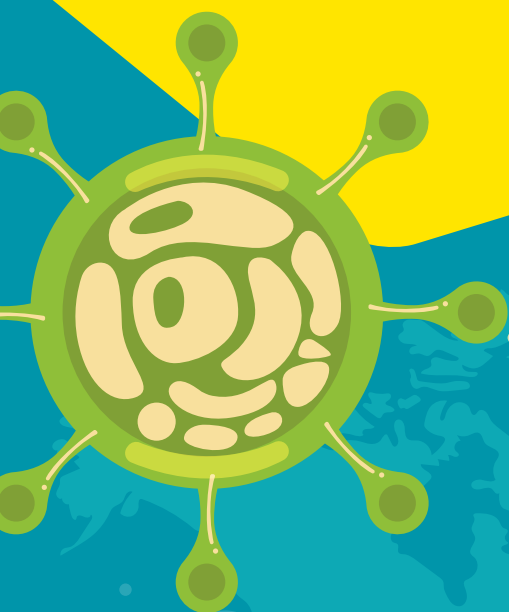
# ¿A qué estás expuesto?

## Riesgo Biológico

### Coronavirus COVID-19

El nuevo Coronavirus COVID-19 ha sido catalogado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una emergencia en salud pública.

Los coronavirus (Cov) son virus que surgen en diferentes áreas del mundo y que causan infección respiratoria aguda (IRA) de leve a grave, en personas y animales.



# Riesgo biológico COVID-19

## Recomendaciones

### Reporta diariamente tu estado de salud,

informa si tienes síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, fatiga) o contactos estrechos (menos de dos metros por 15 minutos sin protección) con personas confirmadas o sospechosas de COVID-19.

**Usa la aplicación CoronApp.**



Acude exclusivamente a la **jornada, turno o periodo** que te adjudiquen.

No salgas de tu casa si presentas **fiebre mayor o igual a 38°C** o síntomas de gripa.



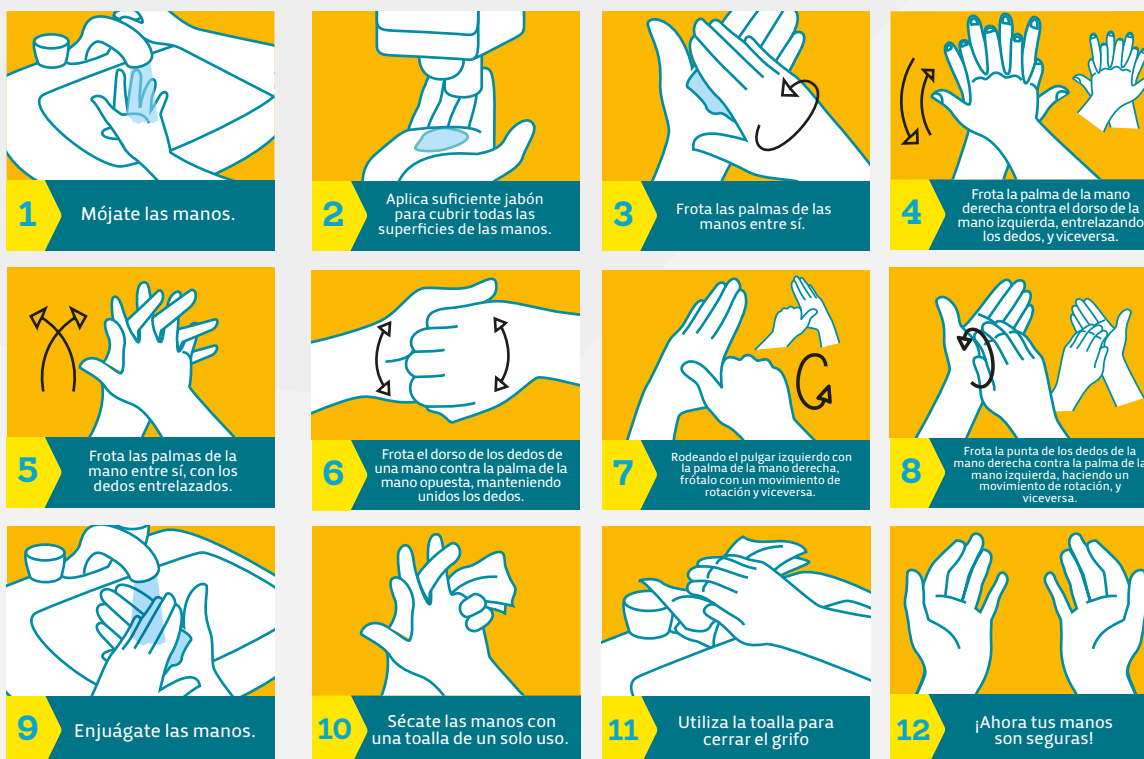
**Evita la asistencia e interacción** con personas en aglomeración.

Lávate las manos  
cada tres horas.

### A. Lavado de manos adecuado y frecuente.

Duración del lavado: 30 segundos cada tres horas.

Revisemos la técnica correcta para el lavado de manos. Esta incluye usar agua y jabón o una solución para manos a base de alcohol.



### B. Realiza una buena higiene respiratoria:

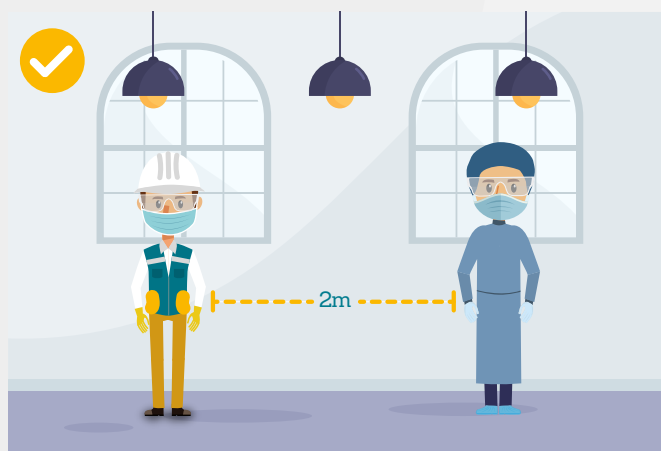
tose o estornuda en el codo y posteriormente **lávate las manos**.

#### Aprende a toser y estornudar

**Cúbrete boca y nariz** con un pañuelo desechable, asegúrate de arrojarlo a la basura. Si no lo tienes a la mano, hazlo con el brazo o la manga para evitar que el virus se propague. Lávate las manos después de toser o estornudar.



Mantén el distanciamiento físico de **dos metros** con otras personas.



Usa el tapabocas.



Antes de ponerte el tapabocas, lávate las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.



Inspecciona que el tapabocas no tenga rasgaduras o agujeros.



Orienta hacia arriba la parte superior donde se encuentra la banda de metal.





Orienta hacia afuera el lado de color del tapabocas.



Coloca el tapabocas sobre la cara cubriendo nariz, boca y mentón, ajustando las cintas elásticas detrás de las orejas y halando hacia abajo sin dejar espacios vacíos.



Presiona la tira de metal sobre la nariz.



Evita tocar el tapabocas mientras lo usas.



Reemplaza el tapabocas cuando esté húmedo y cámbialo diariamente.



Después de usarlo, quítatelo por los cauchos sin tocar el tapabocas manteniendo la mascarilla alejada de la cara y la ropa, para no tocar las superficies potencialmente contaminadas.



Desecha el tapabocas en una caneca tapada inmediatamente después de su uso y lávate las manos después de botarlo.



Nunca se debe reusar ni compartir.

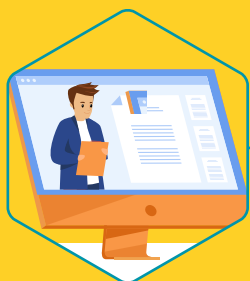


**Mantén el distanciamiento físico** y respeta las demarcaciones en el sitio de práctica.



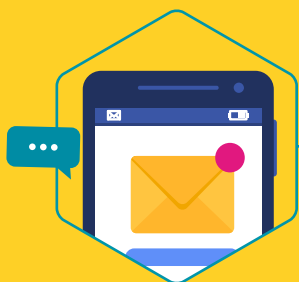
**Reconoce y desempeña tu rol,** responsabilidades y funciones durante la práctica.

**Limpia y desinfecta** las herramientas, materiales, instrumentos y equipos.



**Participa en las actividades** de capacitación sobre el COVID-19.

**Cambia tu ropa en el lugar dispuesto por el área de aseo** antes del inicio.



**Si estás trabajando de forma presencial o remota,**

**reporta al personal a cargo** si tú o alguien cercano tiene síntomas como fiebre, tos seca y/o dificultad para respirar.



**Recuerda que:**

En caso de accidente debes informar de inmediato a tu jefe para que llame a la Línea Efectiva y allí le indiquen en qué I.P.S. serás atendido.

Si requieres atención psicológica marca la Línea Efectiva al 4010447 con el árbol de opciones 1-2-3-4-1.



# Colmena Seguros

UNA EMPRESA DE



FUNDACIÓN  
GRUPO SOCIAL

Línea Efectiva:  
Medicalizada / 24 horas

Bogotá | Medellín | Cali | Barranquilla  
401 0447 | 444 1246 | 403 6400 | 353 7559  
Otras ciudades **018000-9-19667**  
[www.colmenaseguros.com](http://www.colmenaseguros.com)

