



Cámara Mexicana de la  
Industria de la Construcción



Instituto de Capacitación de  
la Industria de la Construcción®

# PROTOCOLO DE CONTENCIÓN DE PROPAGACIÓN COVID-19 EN LA CONSTRUCCIÓN

## CONSEJOS DE PREVENCIÓN

¿QUÉ PUEDO HACER PARA PROTEGERME?



### ESTAR EN CASA

Permanece en casa el mayor tiempo posible para evitar exponerte al virus.



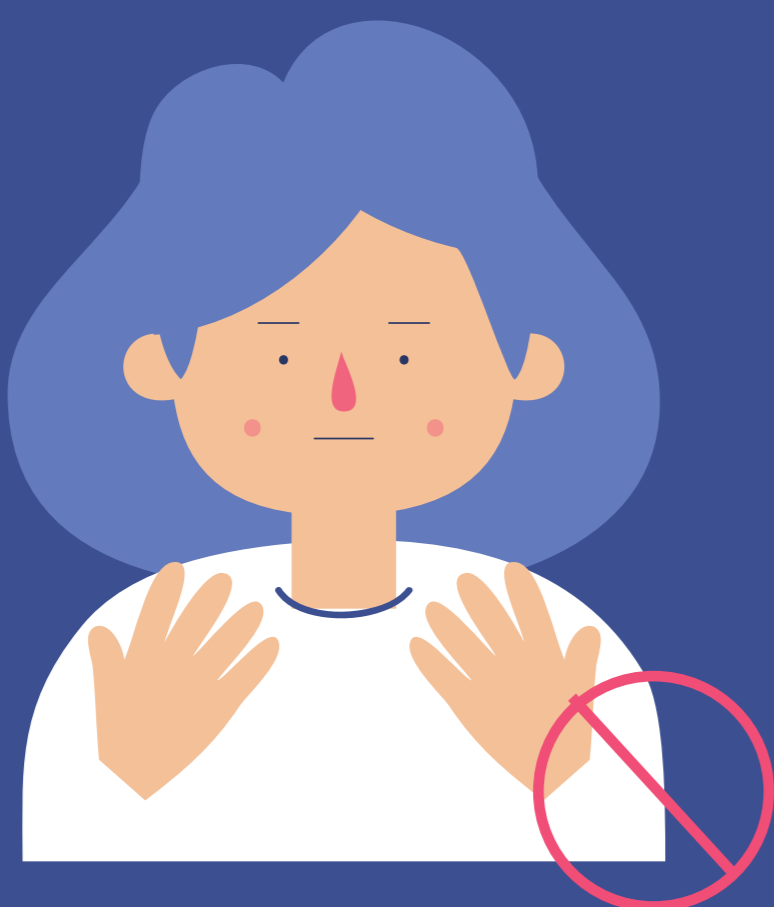
### HIGIENE

Lava tus manos de forma frecuente con agua y jabón o soluciones alcohólicas.



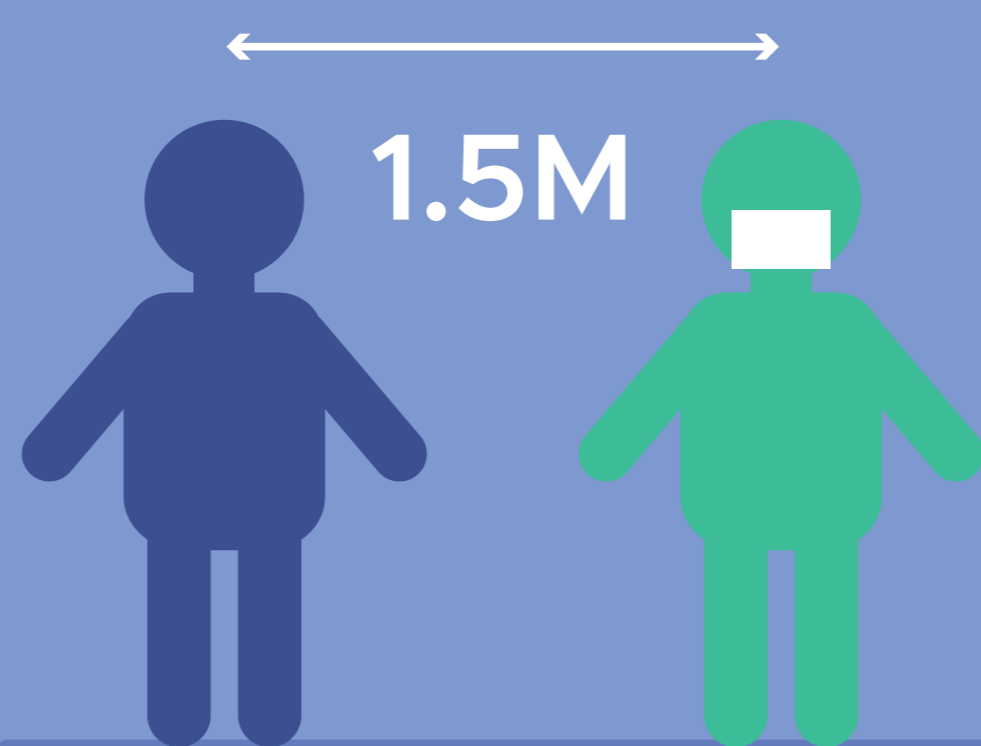
### SECRECIONES

Utiliza pañuelos desechables para toser o estornudar o usa la cara interna del codo.



### EVITA TOCAR

Procura no tocarte la cara (ojos, boca y nariz) para evitar que puedan entrar virus o bacterias.



### DISTANCIA

Evita el contacto con personas contagiadas o que presenten síntomas y evita recibir visitas.



### LIMPIEZA

Limpia y desinfecta los objetos y superficies que suelen ser muy utilizados, incluyendo compras y paquetes que recibas.

#CapacítateEnCasa  
#CapacitarEsConstruir



ICIC Nacional