



Boletín No. 370 de 2020

Conductas de riesgo que debemos evitar en la reapertura

- *Continuar con las medidas de cuidado y protección es vital ahora que se dan las gradualidades y hay mayor flujo de personas en la calle.*

Bogotá D.C., 16 de junio de 2020. Ahora que se han dado aperturas graduales de los sectores productivos y sociales debemos tener en cuenta el evitar algunas conductas que aunque puedan parecer cotidianas, pueden ser de riesgo ante la amenaza del covid-19.

“Basados en las recomendaciones del lavado permanente de manos con agua y jabón, uso obligatorio y correcto de tapabocas y distanciamiento físico de dos metros, debemos tener en cuenta evitar aglomeraciones, visitas a familiares, amigos o en nuestros hogares, reuniones, saludos de mano o beso o abrazos, compartir objetos y tocar superficies de lugares públicos”, indicó Claudia Milena Cuéllar, directora (e) de Promoción y Prevención del Ministerio de Salud y Protección Social.

En ese mismo sentido, hay que tener en cuenta que hay lugares donde debemos tener más precaución frente a otros, pero sin bajar la guardia en ningún escenario, como tampoco dejar de poner en práctica las medidas de autocuidado y protección con el fin de evitar la propagación del covid-19.

Conductas a evitar según el lugar de riesgo

En primer lugar están los sitios de riesgo muy alto, tales como hospitales, transporte público, eventos religiosos, plazas de mercado y gimnasios. “Aunque algunos de estos lugares permanecen cerrados en el marco de la emergencia sanitaria, otros ya tienen apertura, para lo cual se exige el uso de tapabocas en el caso de tener la necesidad de recurrir a ellos, lavarse o desinfectarse las manos antes de entrar y después de salir, recurrir a estos servicios sólo si es estrictamente necesario y evitar a toda costa reuniones familiares o con amigos y eventos masivos”, dijo Cuéllar.

Seguidos están los lugares de riesgo alto, entre los que se comprenden bancos, ascensores, cines, supermercados, universidades y colegios. Para el caso de los que ya tienen apertura, se invita a no acercarse a las personas, siempre mantener la distancia física de dos metros y procurar no hablar en las filas más de 15 minutos frente a frente, ni retirarse el tapabocas. También en ascensores no ocupar el límite del mismo y evitar tocar superficies como botones; y para el caso de supermercados preferir servicios



a domicilio o que solo un miembro del núcleo familiar realice el suministro de alimentos en la menor cantidad de veces posible.

Seguido están los lugares de riesgo alto-medio, como oficinas con cubículos con menos de dos metros de distancia, empresas de producción, peluquerías, centros comerciales, restaurantes y consultorios médicos. “Ya algunos de estos sectores tienen protocolos de bioseguridad, como es el caso de las empresas, en donde se invita además de las medidas ya indicadas, a quedarse en casa en caso de presentar síntomas respiratorios”, afirmó la directora (e) de Promoción y Prevención.

De nivel medio se encuentran las farmacias y vehículos, que para el caso de los carros particulares, se debe portar tapabocas en caso de ir dos o más personas a bordo y siempre manteniendo la distancia de un metro.

Por último está el nivel bajo, que corresponde a las vías públicas, montar bicicleta o permanecer en casa. “En nuestros hogares es importante desinfectar y limpiar regularmente las superficies, pomos, puertas y muebles, también lavarnos las manos cuando llegamos de la calle, desinfectar las suelas de los zapatos, entre otras medidas”, sostuvo.

Finalmente Cuéllar manifestó que si bien “a causa del covid-19 todos tuvimos que modificar significativamente nuestro comportamiento para reducir la propagación del virus, estas prácticas -entre las que también está evitar tocarse los ojos, nariz y boca- deben continuar hasta terminar la mitigación del virus”.