

Cómo prevenir el COVID-19, desde la Movilidad?

ANTES DE MOVERTE, VERIFICA:

- Es necesario realizar este desplazamiento?
- Podría acceder virtual o telefónicamente?
- Qué pasaría si me quedo donde estoy y evito exponerme?
- Podría pedir un servicio a domicilio?*
- Hay concentraciones de personas en mi destino y/o en el recorrido?
- En el lugar de destino, se han detectado casos de COVID-19?

**Si pediste un producto a domicilio, límpialo antes de consumirlo o usarlo.*

SI TOMAS LA DECISION DE DESPLAZARTE:

a) CAMINANDO:

- Mantén una distancia superior a un metro, con otros peatones.
- Evita caminar por lugares con basuras, charcos y posibles focos de contaminación.

b) COMO USUARIO DEL TRANSPORTE PÚBLICO:

- Desde antes del viaje, puedes enterarte de las recomendaciones dadas por la empresa transportadora y otras entidades oficiales en redes sociales y otros medios.
- Evita manipular tu celular mientras viajas. Puede contaminarse durante el recorrido.
- Evita contacto con pasamanos, barras de agarre y otras superficies que diariamente son usadas por miles de personas. Evita tocarte la cara.
- Usa los lavamanos, canecas y otros sistemas de limpieza disponibles.
- Mantén, en lo posible, una distancia superior a un metro de otros usuarios del sistema.
- Evita adquirir y/o recibir alimentos y otros elementos durante el recorrido.
- En caso de que debas usar efectivo, paga con el valor exacto.

- Abre las ventanas para favorecer la ventilación interna del vehículo.
- Para viajes cortos, considera caminar o usar tu bicicleta. De esta manera permites más espacio a otros usuarios que no tengan otras alternativas para moverse.

c) EN BICI, MOTO O PATINETA:

- Usa tus guantes durante todo el recorrido y límpialos frecuentemente.
- Limpia tu vehículo a diario, especialmente en la parte de los manubrios.
- Mantén limpio tu casco, gafas y elementos de protección. Realiza una limpieza especial en caso de un estornudo y no permitas que otras personas los usen.
- Ten cuidado al acercarte y/o sobrepasar un vehículo. Sus ocupantes podrían estornudar o toser sin advertir tu presencia.

d) EN CARRO:

- En condiciones normales, mantener los vidrios arriba puede contribuir a que respires un mejor aire, ya que la mayoría de los carros cuentan con filtros.
- Evita viajar junto con personas que tengan síntomas de virus y si lo haces, pídeles que usen tapabocas y mantén ventilado el vehículo durante el desplazamiento.
- Permanece atento a la aparición de otros usuarios de la vía y cuida especialmente a peatones, ciclistas, motociclistas, niños y ancianos.

e) TRANSPORTE AEREO:

- Infórmate diariamente sobre los estados de alerta, restricciones a viajeros, vacunas y recomendaciones en tu lugar de inicio, escalas y destino.
- Infórmate sobre factores climáticos, sistemas atención en salud y números de emergencia en tu lugar de destino, incluyendo hoteles y sitios donde planees estar. Verifica quién y cómo te podrían brindar atención en salud en caso de requerirlo.
- Evita visitar lugares de alta afluencia de público, conciertos y otros similares.
- Algunos aeropuertos restringen el porte de líquidos, gel antibacterial, etc. Verifica si los puedes llevar en el equipaje de bodega y/o adquirirlos en la ciudad de destino.

- Si es un vuelo corto, evita usar el sanitario del avión.
- Durante el viaje, mantente hidratado, evita consumir alcohol y alimentos en exceso.
- En tu destino, verifica el origen de los alimentos que vas a consumir, especialmente si no pertenecen a tus hábitos nutritivos comunes.
- Evita contacto con animales y especies cuya procedencia desconozcas.

f) TRANSPORTE FLUVIAL:

- Si vas a usar chalecos salvavidas u otros elementos de protección, verifica que estén limpios.
- Desembarca en tu lugar de destino. Evita hacerlo en sitios desconocidos y/o en los que se hayan detectado casos de COVID-19.
- Evita aglomeraciones dentro de la nave. Mantén distancia a otros pasajeros.
- Si es un desplazamiento corto, evita consumir alimentos durante el recorrido y mantente bien hidratado.
- Verifica la procedencia de alimentos y si son preparados dentro de la nave, el personal debe usar los correspondientes elementos de seguridad alimentaria.
- Lleva abrigos, jabón, elementos de aseo y ropa de cambio. Las condiciones climáticas pueden cambiar durante el recorrido.

AL LLEGAR A TU DESTINO:

- Lávate las manos, antes de acercarte a personas y/o familiares
- Usa antibacterial para eliminar posibles contaminaciones durante el recorrido.
- Saluda de lejos, evitando contacto directo con otras personas.
- Mantén ventilados los espacios donde estés.

ANEXO 1: TIPS PARA CONDUCTORES DE SERVICIO PÚBLICO

- Si debes manipular dinero, limpia tus manos frecuentemente, preferiblemente usando alcohol glicerinado y evalúa la opción de usar guantes durante los viajes.
- Tu vehículo es usado diariamente por muchas personas. Límpialo con frecuencia.
- Mantén hábitos de sueño como dormir entre 7 y 8 horas al día, hacer pausas cada 2 horas de conducción continua e involucrar a tu familia en tu cuidado.
- Una nutrición sana, también contribuye a estar más fuertes y saludables.
- Reporta a tu jefe cualquier condición de salud desfavorable. No asumas el riesgo de conducir así.

ANEXO 2: PARA EMPRESAS DE TRANSPORTE TERRESTRE

- Establecer mecanismos de información al usuario de forma visible, legible, oportunos, claros y concisos, a través de sus redes sociales, carteleras, o cualquier medio de difusión sobre las medidas de prevención y atención de casos.
-
- Poner a disposición de los usuarios, elementos de higiene personal.
-
- Fortalecer e intensificar los programas de aseo a las instalaciones físicas y a los vehículos con los cuales se presta el servicio.
-
- Hacer limpieza diariamente al vehículo, por lo menos, una vez al día al finalizar las labores. En las barandas, pasar un trapo humedecido en agua jabonosa.
-
- Mantener en buen estado las ventanas de los vehículos, de manera que el usuario pueda abrirlas para lograr una buena ventilación.
-
- Distribuir bolsas plásticas que permitan la recolección de los pañuelos desechables que los usuarios utilicen durante el viaje y contar con canecas que permitan recolectar estos desechos.
-
- Advertir a los usuarios que, si durante el viaje presenta síntomas de afecciones respiratorias, como fiebre, tos, dificultad para respirar, fatiga, secreciones nasales, fiebre de difícil control y malestar general, deberá utilizar tapabocas e informar sobre su sintomatología al personal de la empresa de transporte, agencia o personal del programa de seguridad vial de las terminales de transporte, o acudir al centro médico más cercano, conforme a las recomendaciones que dispone el Ministerio de Salud y Protección Social.