

- **INFÓRMATE PARA QUE INFORMES**

## ¿Cómo prevenir, desde Movilidad, el COVID-19?

### Antes de moverte, hazte las siguientes preguntas y 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 decisión 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 En transporte público:**

- + Desde antes del viaje, infórmate 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. Y recuerda: 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 cuenta 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 aéreo:**

- + 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 planes 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 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, haz pausas cada 2 horas, involucra 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, deberán 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.