SI USAS EL TRANSPORTE PÚBLICO

MUÉVETE CON RESPONSABILIDAD

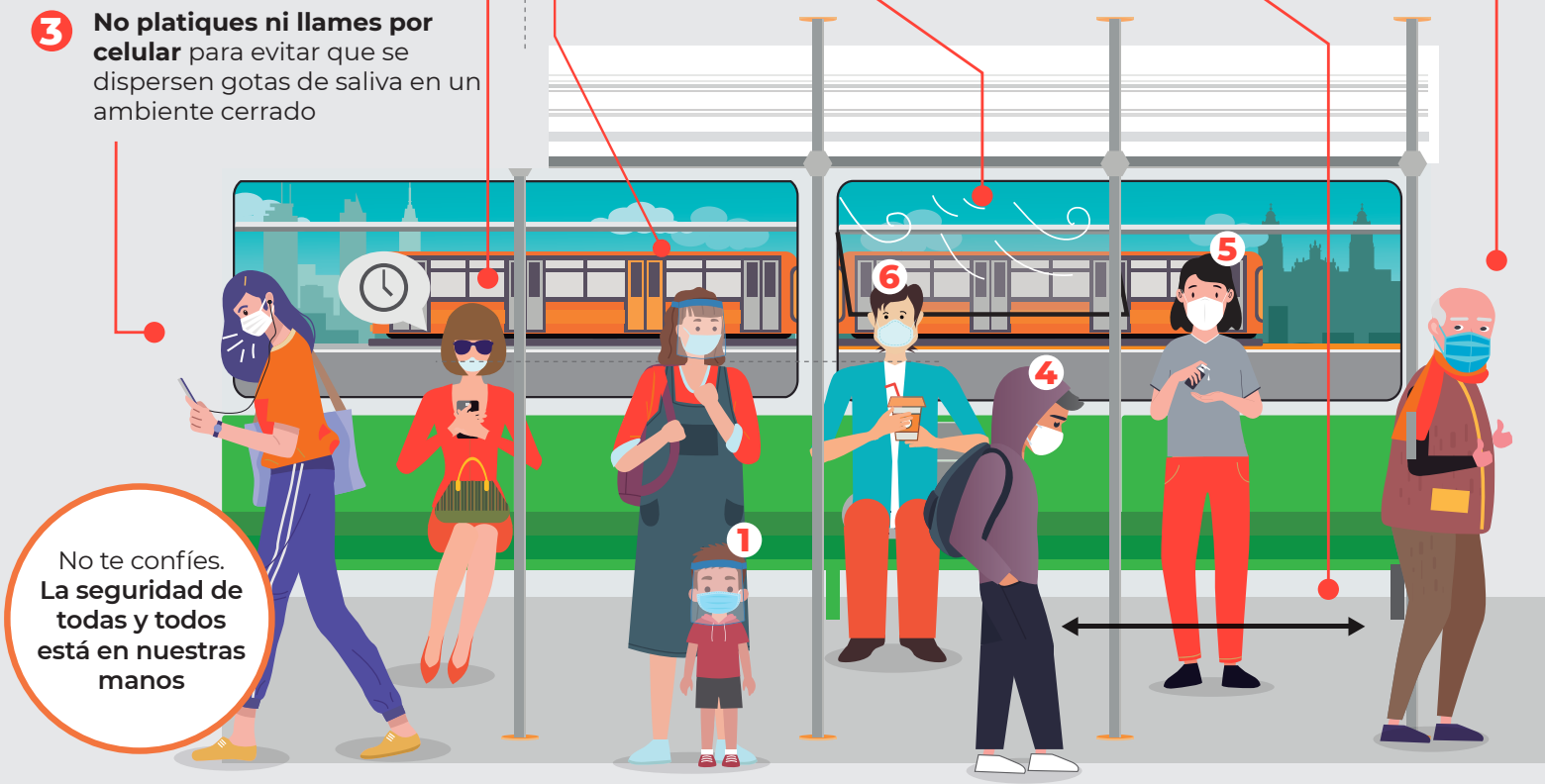
Diariamente millones de personas viajan en transporte público y están expuestas al riesgo de contagio del virus SARS-CoV-2, que provoca la enfermedad COVID-19 y ha ocasionado más de dos millones de decesos en el mundo

¿Cómo protegerme?

Reglas básicas para reducir la cadena de contagios

Para superar la actual contingencia debemos reforzar los controles sanitarios y prácticas de higiene

1. **No te confíes.** Recuerda que la seguridad de todas y todos está en nuestras manos
2. Planea tus rutas y horarios para **evitar horas pico** y reducir tu exposición a muchas personas. De ser necesario, acuerda en tu centro laboral cómo modificar tus horarios
3. **No platiques ni llames por celular** para evitar que se dispersen gotas de saliva en un ambiente cerrado
4. **No te toques la cara y ojos**, ya que tus manos podrían estar contaminadas y podrías infectarte
5. **Usa gel antibacterial** frecuentemente **y lávate las manos** al llegar a tu destino
6. **No** compartas ni **consumas alimentos** dentro del transporte público
7. **Utiliza la mascarilla y careta correctamente**. No te la quites en el recorrido. De preferencia, póntelas en casa, cubre tu nariz, boca y barbilla con el cubrebocas y toda la cara con la careta
8. En temporada invernal **abrígate bien** ante los cambios bruscos de temperatura y evitar resfriados
9. Verifica que el transporte tenga **ventilación** para favorecer la circulación del aire. De ser necesario, solicita al operador la apertura de ventanillas
10. En la medida de lo posible, guarda tu **sana distancia** y ubícate en lugares menos concurridos



CAPITEL.

Sigue este decálogo y recuerda que la protección civil somos todas y todos

GOBIERNO DE MÉXICO | SEGURIDAD SECRETARÍA DE SEGURIDAD Y PROTECCIÓN CIUDADANA | CNPC COORDINACIÓN NACIONAL DE PROTECCIÓN CIVIL | CENAPRED CENTRO NACIONAL DE PREVENCIÓN DE DESASTRES

gob.mx/cenapred