

## Información preventiva para el alumnado. Medidas preventivas de protección frente la COVID-19

Esta información está dirigida al alumnado que realiza su práctica académica en las instalaciones de las Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria, y es indispensable en la situación actual de alerta sanitaria para facilitar el cumplimiento de las medidas de prevención y de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.

Las medidas de prevención y de seguridad se complementan con las normas generales ya existentes en las Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria.

El alumnado debe recordar que la tarea de control y mitigación de la actual crisis sanitaria por la COVID-19 es una responsabilidad compartida

### **¿Qué debéis hacer para incorporaros a las Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria?**

- Seguid esta instrucción preventiva.
- En caso de que forméis parte de uno de los colectivos vulnerables a la COVID-19, deberéis presentar un certificado médico, de medicina general o del especialista, que declare que no hay ninguna restricción para desarrollar la actividad docente.
- No os desplazareis a las Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria en caso de presentar sintomatología compatible con la COVID-19 o si habéis estado considerados "en contacto directo" durante los últimos 14 días.
- Comunicareis a la persona responsable docente si las autoridades os determinan aislamiento preventivo.

### **¿Qué recomendaciones debéis seguir?**

Priorizar los desplazamientos en vehículo particular o por medios de uso individual.

Si esto no es posible, evitad el uso del transporte público en horarios de mayor aglomeración. En el transporte público seguid las indicaciones establecidas

Limitad vuestra presencia en el Campus el tiempo estrictamente necesario.

Como norma general, evitad los contactos cercanos típicos del saludo social (dar la mano, beso, abrazo, ...)

Una vez entréis al edificio donde desarrolléis la actividad académica lavaros las manos con gel hidroalcohólico. Haced del lavado de manos una práctica rutinaria.

Intentad no quedaros a comer. Si esto no es posible, seguid las instrucciones existentes para estos espacios.

Tanto en los espacios comunes del edificio (pasillos, vestíbulos, puertas de acceso, ascensor, ...) como en los espacios de trabajo/estudio, mantened la distancia mínima de seguridad entre personas de 2 metros.

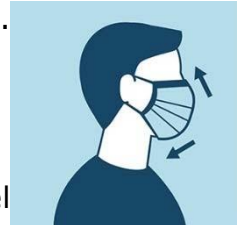
Cuando tosáis o estornudéis taparos la boca y la nariz con un pañuelo de un solo uso o haced servir la parte interior del codo.

En cualquier espacio de las Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria, sea interior o exterior, es obligatorio el uso de mascarilla que, en ningún caso, elimina la necesidad de mantener un distanciamiento físico de seguridad y unas buenas prácticas higiénicas.

Se podrá prescindir de sus usos en los casos establecidos por normativa.

UNICAMENTE existe una posición correcta de la mascarilla:

La capa más coloreada ha de ir en el exterior y la parte más clara en el interior, en contacto con la boca y la nariz.



Lavaros las manos antes de colocáosla.

Ha de cubrir siempre la boca, nariz y barbilla.

No se debe tocar durante el uso.

Cambiarla si está húmeda. No reutilizarla.



Sacadla por las gomas o por detrás, sin tocar la superficie externa de la mascarilla. No os toquéis los ojos, la nariz o la boca después de sacarla si no os habéis lavado las manos.



Si es de un solo uso, tiradla a un contenedor, preferentemente cerrado.



Lavaos las manos con agua y jabón o aplicad un desinfectante de manos.



En general no compartáis las pertenencias personales, y en el comedor o espacios similares, evitad compartir comida o utensilios (cubiertos, vasos, servilletas, pañuelos, ...) y otros objetos sin limpiarlos adecuadamente.

Evitad el uso de materiales y equipamientos de manera compartida. Si lo tenéis que hacer, lavaos las manos después de cada uso.

**Recordad que la mejor manera de evitar contagios, como sucede con otras enfermedades infecciosas, es seguir las recomendaciones de higiene personal, de higiene respiratoria y de protección individual.**

**Esta información está en revisión permanente 27/07/2020**