Ciudad de México, miércoles 10 de junio de 2020

No. 382/2020

**BOLETÍN DE PRENSA**

**Sana Distancia y medidas generales de higiene, principales recomendaciones ante el retorno a la Nueva Normalidad**

* **Mientras nos mantengamos lejos entre una persona a otra, no vamos a correr ningún riesgo de contagio, indicaron epidemiólogos del IMSS.**
* **Es importante que todos los trabajadores sigan las medidas de protección que se han establecido desde el inicio de esta epidemia.**

Mantener la sana distancia de 1.5 metros, lavarse las manos con agua y jabón durante 40 segundos, utilizar gel con base de alcohol al 70 por ciento varias veces al día y usar cubrebocas durante la jornada laboral, son las principales recomendaciones para prevenir contagios de COVID-19 ante el retorno a las actividades diarias, indicaron especialistas del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

En este sentido, la doctora Paola Hernández Rodríguez, Coordinadora Auxiliar de Vigilancia Epidemiológica de la Representación del IMSS Ciudad de México Norte, señaló que para evitar contagios en los centros de trabajo después de mucho tiempo de aislamiento social, es importante que todos los trabajadores sigan las medidas de protección que se han establecido desde el inicio de esta epidemia.

“Ante la Nueva Normalidad, la Sana Distancia es nuestra gran salvadora, mientras nos mantengamos lejos entre una persona y otra no vamos a correr ningún riesgo de contagio, sobre todo en enfermedades respiratorias”, expuso la especialista.

Agregó que al no haber un contacto físico esto disminuye o corta la cadena de transmisión por COVID-19.

“Si no guardamos distancia ni atendemos las medidas sanitarias como usar cubrebocas o lavarse las manos, lo que va a pasar es que nos vamos a seguir contagiando”, indicó Hernández Rodríguez.

Refirió que lavarse las manos es una medida efectiva no sólo contra el COVID-19, sino para protegernos de otras infecciones, “sólo lavarnos las manos nos protege en un 80 por ciento”.

“Si nosotros no tomamos las medidas se va a seguir transmitiendo la enfermedad, vamos a seguir poniendo en riesgo a todas las personas que son más susceptibles como los diabéticos, hipertensos, obesos, que padecen alguna enfermedad crónica; esas personas son las que tienen gran riesgo de complicarse”, expuso.

La epidemióloga Paola Hernández Rodríguez reiteró que el COVID-19 se mantendrá por tiempo indeterminado y todos corremos riesgo de contraerlo, por ello “no hay que bajar la guardia”.

**-- o0o ---**