MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19
SUPERMERCADOS Y TIENDAS DE AUTOSERVICIO

MANTÉN SANA DISTANCIA DE 1.5 METROS

SI UNA PERSONA CON COVID-19 HABLA, TOSE O ESTORNUDA Y TÚ ESTÁS CERCA, PODRÍAS CONTAGIARTE
SI MANTienes DISTANCIA Y AMBOS USAN CUBREBOCAS y CAREA, PUEDES EVITARLO

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19
SUPERMERCADOS Y TIENDAS DE AUTOSERVICIO

PARA PODER TRABAJAR DEBES USAR TODO EL TIEMPO:

- Cubrebocas, cubriendo nariz y boca
- Guantes; mátenlos limpios
- Careta
- Toallitas sanitizantes para limpiar tus artículos personales y equipo de trabajo
- Gel antibacterial al 70% de alcohol para desinfectar tus manos
- Es importante traer tu propio gel y no compartirlo
- Evita usar joyería, bufandas, corbatas, barba o bigote

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS

Gobierno de la Ciudad de México | COVID-19

Ciudad Innovadora y de Derechos / Nuestra Casa
MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19
SUPERMERCADOS Y TIENDAS DE AUTOSERVICIO

PARA PODER REALIZAR TUS COMPRADES DEBES SEGUIR ESTAS MEDIDAS TODO EL TIEMPO:

01 Usa cubrebocas, cubriendo nariz y boca
02 De ser posible, usa careta y guantes
03 Usa gel antibacterial para desinfectar tus manos frecuentemente (al 70% de alcohol)
   ● Procura tener uno propio y no compartirlo
04 Mantén sana distancia de 1.5 metros entre personas
   ● Al formarte en la fila de cajas, respeta la marca de distancia en el suelo
05 No acudan dos o más personas juntas para evitar aglomeraciones
06 No expongas a población perteneciente a grupos vulnerables
   ● Embarazadas
   ● Personas con enfermedades crónicas
   ● Adultos mayores y niños
07 Permanece solo el tiempo necesario para compras
08 Evita tocar cosas que no vayas a comprar
09 No ingieras o manipules alimentos
10 Usa bolsas de tela o reutilizables
11 No te toques la cara, especialmente ojos, nariz y boca
12 Si toses o estornudas, hazlo en el ángulo interno del brazo
13 Procura elegir pago con tarjeta, electrónico o digital

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19
SUPERMERCADOS Y TIENDAS DE AUTOSERVICIO

PARA PODER TRABAJAR DEBES SEGUIR ESTAS MEDIDAS TODO EL TIEMPO:

- Usa cubrebocas, guantes y careta
- Lava tus manos con agua y jabón frecuentemente
- Usa gel antibacterial al 70% de alcohol
  - Procura tener uno propio y no compartirlo
- Mantén sana distancia de 1.5 metros entre personas
- No saludes de mano, beso o abrazo
- No te toques la cara, especialmente ojos, nariz y boca
- Evita usar joyería, bufandas, mascadas, corbatas, barba o bigote
- Limpia constantemente objetos y superficies de uso común
- No prestes tus herramientas de trabajo ni uses las de alguien más
- Si toses o estornudas, hazlo en el ángulo interno del brazo
- Facilita el pago con tarjeta, electrónico o digital

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19
SUPERMERCADOS Y TIENDAS DE AUTOSERVICIO

AL RECIBIR PAQUETERÍA
DEBES SEGUIR ESTAS MEDIDAS DE HIGIENE

1.5 M Mantén la sana distancia de 1.5 m de otras personas

Usa cubrebocas y guantes

No recibas paquetería de ninguna clase en el espacio de trabajo

Desinfecta la mercancía entregada por proveedores antes de su ingreso a almacén

Limpia y desinfecta todos los carros e implementos para el transporte interno de mercancía después de cada uso

Limpia y desinfecta todas las áreas de almacenamiento antes y después de la recepción de mercancía

Lávate las manos con agua y jabón frecuentemente o usa gel antibacterial (alcohol al 70%)

• Es importante traer tu propio gel y no compartirlo

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19
SUPERMERCADOS Y TIENDAS DE AUTOSERVICIO

SI ERES PARTE DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DEBES SEGUIR ESTAS MEDIDAS TODO EL TIEMPO:

01 Usa equipo de protección:
   - Cubrebocas
   - Googles o careta
   - Guantes

02 Lávate las manos con agua y jabón antes y después de limpiar

03 Usa gel antibacterial constantemente (alcohol al 70%)
   - Es importante traer tu propio gel y no compartirlo

04 Mantén la sana distancia de 1.5 m de otras personas

PARA LIMPIAR DEBES USAR:

01 Agua y jabón para limpieza de áreas e instrumentos de trabajo

02 Alcohol etílico al 70% para desinfectar herramientas

03 Mezcla de cloro con agua (10 ml por cada litro de agua) para limpiar:
   - Carros y canastos
   - Manillas de las vías de acceso, refrigeradores y congeladores
   - Paneles digitales de pesas
   - Vitrinas de carne, rosticerías y alimentos preparados
   - Zonas de cajas y de autoservicio
   - Llaves de lavamanos y WC
   - Cualquier otra superficie de contacto frecuente

04 Al terminar, coloca los instrumentos de limpieza en una bolsa cerrada o en el contenedor especificado para esto y evita que estén al exterior

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
SI ERES TRABAJADOR Y TIENES ALGÚN SÍNTOMA DE COVID-19 COMO

- Tos seca
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Dificultad para respirar

HAZ LA PRUEBA DE TAMIZAJE E INFORMA INMEDIATAMENTE A TU SUPERVISOR

- Manda un SMS con la palabra covid19 al 51515
- Llama a LOCATEL al 55 5658 111
- Envía un inbox con la palabra covid19 a la cuenta de Facebook del @GobiernoCDMX

DEBERÁS IRTE A TU CASA Y PERMANECER AISLADO

¡TRANQUILO! TUS DERECHOS LABORALES ESTÁN PROTEGIDOS Y SEGUIRÁS RECIBIENDO TU SALARIO

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19
SUPERMERCADOS Y TIENDAS DE AUTOSERVICIO

SI ERES EMPLEADOR Y UNO DE TUS TRABAJADORES TIENE SÍNTOMAS DE COVID-19:

01 Notifica a las autoridades llamando a LOCATEL al 55 56581111 y a las jurisdicciones de salud de la SEDESA

02 Asegúrate de que el trabajador realice el test de tamizaje usando cualquiera de estas vías:
   - Mandando un SMS con la palabra covid19 al 51515
   - Llamando a LOCATEL al 55 5658 111
   - Enviando un inbox con la palabra covid19 a la cuenta de Facebook del @GobiernoCDMX

03 Toma todas las medidas necesarias para contener y evitar un brote:
   - Envía a casa a la persona trabajadora con síntomas
   - Monitorea a todas las personas con las que tuvo contacto desde 3 días antes de presentar síntomas el posible contagiado y manténlas aisladas hasta que se confirme el positivo por COVID-19
   - Desinfecta todas las superficies y área de trabajo

04 En caso de confirmar casos positivos por COVID-19
   - Deberás limpiar y desinfectar toda el área de trabajo y cerrarla por 48 horas
   - Evalúa cerrar el espacio dependiendo del número de personas que presenten síntomas

NO OLVIDES QUE DEBES:

- Garantizar su atención médica
- No aplicar sanciones por ausencia
- Continuar pagando la totalidad del salario

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
SEÑALÉTICA

El establecimiento debe seguir este flujo para mantener en todo momento la sana distancia.

DESCARGA LA SEÑALÉTICA DE APOYO PARA DELIMITAR LOS FLUJOS

Flujo para establecimiento de autoservicio medianos y grandes con mostrador

Flujo y aforo para supermercados

PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS
SEÑALÉTICA

El establecimiento debe distribuir los espacios de atención de esta manera para mantener en todo momento la *sana distancia*

**DESCARGA LA SEÑALÉTICA DE APOYO PARA DELIMITAR LOS FLUJOS**

Distribución de espacios de atención al público

---

**PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS**

---

**MEDIDAS SANITARIAS PARA EVITAR EL COVID-19**

**SUPERMERCADOS Y TIENDES DE AUTOSERVICIO**