



3.- MEDIDAS PREVENTIVAS PARA LOS ASPIRANTES QUE ACUDAN AL CENTRO.

14. Se debe entrar al centro recordando mantener la distancia mínima de seguridad de 1,5 metros entre personas, tanto en el acceso al edificio como, en su caso, en la subida de escaleras y llegada al puesto.
15. Se debe repetir el lavado de manos frecuentemente con agua y jabón o en su defecto con soluciones hidroalcohólicas, y en todo caso, hay que hacerlo al entrar y salir del centro.
16. Hay que repetir el lavado de manos cuantas veces sea necesario.
17. El uso de guantes no es recomendable con carácter general, siendo recomendable en su lugar la higiene frecuente de manos indicada en el punto anterior, evitando además tocarse la cara.
18. Hay que tener siempre presente no tocarse los ojos, la nariz y la boca. Y si se estornuda o se tose, hay que cumplir la etiqueta respiratoria (usar pañuelos de un solo uso para contener la tos o el estornudo o protegerse con el ángulo del brazo).
19. Dejar abiertas todas las puertas que sea posible para evitar tocar pomos y manillares.
20. Antes y después de usar los guantes hay que lavarse las manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica, retirarlos sin tocar la superficie exterior de los guantes y usarlos una sola vez, salvo que se desinfecten por completo. Una vez retirados, hay que depositarlos en el contenedor habilitado para este tipo de residuos. Y no tocarse la cara con ellos.
21. La mascarilla hay que colocarla y retirarla con las manos recién lavadas y sin tocar la parte central interna y externa, y cubrir con ella nariz y boca, bien ajustada, no debe manipularse mientras se tenga puesta y cuando se retire, depositarla en el contenedor habilitado para este tipo de residuos, para no usarla de nuevo.
22. En los aseos, no hay que usar las máquinas eléctricas de secado de manos. Utilizar sólo toallas de papel de un solo uso.