



Transición del trabajo al hogar

Cómo protegerse y proteger a su familia

Intermountain Healthcare está comprometido en proteger a sus proveedores y sus familias. Estos simples pasos le ayudarán con la transición del trabajo al hogar.

ANTES DEL TRABAJO

- Quítese el reloj y las joyas.
- Póngase ropa de calle para ir al trabajo, pero traiga ropa de trabajo en una bolsa lavable, junto con un par de zapatos que se puedan limpiar con facilidad y pueda dejarlos en el trabajo o en el auto.
- Traiga su almuerzo en una bolsa desechable.
- Practique una higiene de manos correcta.

DURANTE EL TRABAJO

- Desinfecte el teléfono, su tarjeta de identificación, gafas y cualquier material de trabajo (como estetoscopio) con regularidad.
- Lávese las manos antes y después de cada paciente y cuando toque superficies nuevas; evite dar la mano o chocar las manos (high-five).
- Desinfecte el área de almuerzo antes y después de comer.
- Practique distanciamiento social.
- Use su equipo de protección personal (PPE) correctamente como se lo han indicado.

DESPUÉS DEL TRABAJO

- Tome un minuto para reflexionar en tres cosas que le fueron bien en el día de hoy; siéntase orgulloso de la atención que brindó a los demás.
- Desinfecte el teléfono, su tarjeta de identificación, gafas y cualquier material de trabajo; deje en el trabajo lo que pueda dejar.
- Maneje los artículos que se contaminan con regularidad (zapatos, bolsa de trabajo, ropa de trabajo) con cuidado.
- Coloque su uniforme y batas blancas su bolsa de "ropa sucia" en el maletero de su auto o directamente en la lavadora cuando llegue a casa.
- Lave su uniforme y batas blancas con detergente y blanqueador.
- Deje sus zapatos de trabajo afuera de la casa o en una bolsa de "ropa sucia".
- Mantenga la ropa de calle y zapatos en una bolsa "limpia y lavable", separada de la ropa de trabajo.
- Báñese en el trabajo o inmediatamente después de llegar a casa.

Para más información, visite la caja de herramientas de PPE de COVID-19 en [Intermountain.net](https://www.intermountain.net)

