

MEDIDAS PREVENTIVAS ANTE EL COVID-19

Siguiendo los protocolos de seguridad e higiene a nivel clínico recomendamos:

Si presentas síntomas respiratorios confirmados y/o fiebre ($+ 37,5^{\circ}\text{C}$) **NO ACUDIR A CONSULTAS EXTERNAS** y permanecer en casa, además de evitar el contacto social contacta con los servicios sanitarios a la espera de medidas de actuación al respecto.



Acude a tu consulta **sin acompañamiento de otras personas**, salvo que por causas de movilidad necesites la ayuda de otra persona para desplazarte.



Protégete con un **correcto lavado de manos**, sobre todo cada vez que salgas a la calle o estés en contacto con otras personas o lugares que visites.



No te toques los ojos, la nariz y la boca sin antes lavarte las manos.



Estornuda y/o tose en un **pañuelo desechable o utiliza el pliegue del codo**.



Utiliza el gel hidroalcohólico que tienes a tu disposición cuando vengas a la consulta de fisioterapia y al despedirte.



Utiliza mascarilla tanto en los desplazamientos como en tu consulta de fisioterapia, si no dispones de ella nosotros te la daremos.



FÍSIO & RUNNING
CENTRO DE FISIOTERAPIA
Y MOVIMIENTO