



UNIVERSIDAD DE  
GUADALAJARA

Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco

# GUÍA DE CUIDADOS PARA USAR el transporte público



Los sistemas de transporte público son considerados ambientes de alto riesgo para el contagio por COVID-19, debido al gran número de personas que transitan en espacios con ventilación limitada, la variedad de superficies comunes que son tocadas (equipo de prepago, pasamanos, puertas, asientos, etc.) y la dificultad que conlleva operar un control de acceso para identificar personas potencialmente enfermas.



# ANTES DE SALIR de casa

**Si estás enfermo,  
quédate en casa y no  
uses el transporte público**

**Considera viajar fuera  
de los horarios pico.**

Esto ayudará a  
apoyar las medidas  
de distanciamiento



**Antes de ponerte el  
cubrebocas, limpia tus  
manos con gel antibacterial  
o jabón y agua**



Cubre tu boca y nariz con  
el cubrebocas y **asegúrate  
de que no exista espacio entre  
la cara y el cubreboca**

**Planifica tu viaje para  
obtener la información  
actualizada que ayude a  
disminuir los tiempos  
de traslado**

**Evita tocar el  
cubrebocas mientras  
lo usas, si lo haces,  
limpia tus manos  
con gel antibacterial  
o jabón y agua**



**Recarga tu tarjeta de  
prepago antes de viajar.  
Lleva el pago exacto para  
evitar contactos**

# DURANTE EL VIAJE

Quando uses el servicio de autobús, ayuda a proteger a los conductores usando el lector de la tarjeta prepago, y párate lo más distante posible del lector de tarjeta



Mantén tu distancia  
con los demás pasajeros

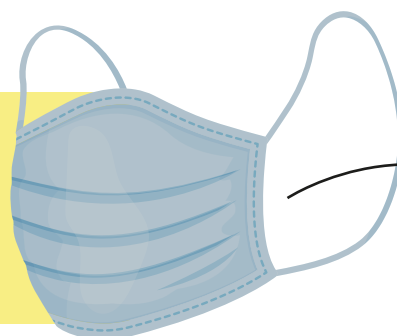
Practica toser y estornudar  
con etiqueta: cúbrete con el  
codo o con un pañuelo y  
evita tocarte la cara

# DESPUÉS DEL VIAJE

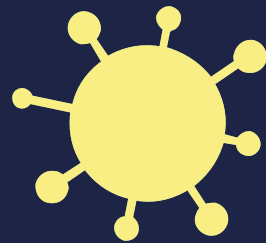


**Practica una buena higiene de manos** después de entrar en contacto con manijas, rieles, botones y ventanas

**Reemplaza tu cubrebocas por uno nuevo** tan pronto como este húmedo y no lo utilices más de una vez



**Para quitarte el cubrebocas:** retíralo por atrás (sin tocar la parte delantera), deséchalo inmediatamente en un contenedor cerrado; limpia tus manos con gel antibacterial o jabón y agua



UNIVERSIDAD DE  
GUADALAJARA

Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco

**Cuídate**  
del COVID-19

**Sala de Situación en  
Salud por COVID-19**  
de la Universidad de Guadalajara

Consulta esta y otras guías de cuidados del COVID-19



**[gaceta.udg.mx/cuidate](https://gaceta.udg.mx/cuidate)**

