

Evaluación de prioridades versus urgencias:

USO DE LA JERARQUÍA DE CONTROL

Con conciencia plena, **pregúntate si realmente es necesario que salgas** de tu hogar o de tu burbuja de bioseguridad

Conciencia plena significa estar en una posición mental y emocional en la que puedas identificar si te encuentras en uno de estos cuatro estados:

- Prisa
- Enojo
- Fatiga
- Exceso de confianza

Si eso ocurre, quizá no te encuentres en el momento óptimo para tomar decisiones, ya que puedes cometer errores críticos y exponerte al riesgo de contagio.



En muchos casos debemos enfrentarnos al dilema de “¿salgo o no salgo?” cuando creemos que debemos salir de nuestros hogares para realizar alguna diligencia de tipo personal o laboral.

Es importante mencionar que algunas veces la necesidad, consciente o inconsciente, de salir, nos hace sesgar nuestra forma de pensar para “justificar” de alguna manera ir a otro lugar o abandonar nuestra burbuja de bioseguridad.

Para ayudarte a tomar mejores decisiones, te recomendamos ver los consejos de la siguiente página.

Fuentes: SAFESTART, NATS-NIOSH, CDC, Pablo Nangles Hazmat, Remediation & Safety Specialist

Hemos preparado para ti un modelo adaptado de la **Jerarquía de Control** que tú ya conoces y utilizas a diario en tu trabajo.

Compártela con tu familia, amigos y vecinos para que la utilicen como una herramienta para tomar las mejores decisiones posibles y disminuir el riesgo de exposición frente al peligro de la COVID-19.

Para que la Jerarquía de Control entregue buenos resultados, debes ser empático con otras personas y apoyarlas. Por ejemplo: Enseñar a los adultos mayores a realizar transacciones en línea, mostrar cómo usar una billetera electrónica para recibir pagos o ayudar a una persona mayor a encontrar alguien más que lo sustituya para realizar una diligencia.

JERARQUÍA DE CONTROL COVID 19

