



## Actualización en Coronavirus Medidas de seguimiento al 16 de abril de 2020



Gracias a tu esfuerzo y compromiso, **hoy seguimos con todos nuestros colaboradores sanos y libres de contagio**, ya que has seguido cuidadosamente las recomendaciones de cuidado y de salud. En [este link](#) puedes consultarlas.

Hoy, las autoridades hicieron públicas **nuevas medidas** que nos ayudarán a mantenernos sanos a nosotros y a nuestras familias, por lo que queremos pedirte que, como hasta ahora, las cumplamos estrictamente:

1. La jornada nacional de “sana distancia” se extiende hasta el **30 de mayo**.
2. Se requiere **estricto apego a las medidas de seguridad, salud y filtros establecidos** para el cuidado de todos.
3. Se segmentará la movilidad en el territorio nacional, para que las personas en zonas de baja transmisión no se desplacen a regiones de alta propagación del virus.
4. En todos los casos, **se mantendrán las medidas de protección** para los **adultos mayores** y personas en el grupo de riesgo de complicaciones graves por COVID-19, como son **mujeres embarazadas o en período de lactancia, personas con hipertensión, obesidad mórbida y diabetes**.

La contingencia por el Coronavirus (COVID-19) representa un reto mayor nunca visto, el cual seguirá requiriendo de nosotros mucha paciencia, disciplina y, al mismo tiempo, una buena actitud. Aún nos faltan varias semanas más para afrontarlo. En IEnova disponemos de diferentes **herramientas** para seguir dando lo mejor de nosotros mismos. ¡Haz uso de ellas!

1. **Sigue al pendiente de nuestros comunicados**, la información que te compartimos está validada por nuestros especialistas en temas de Seguridad y Salud.
2. **Cuida tu salud física y mental** manteniendo rutinas sanas que incluyan: horarios de trabajo establecidos, horas de sueño adecuadas, alimentación e hidratación correctas, práctica de actividad física y acciones que mantengan tu mente tranquila: video charlas con amigos y familiares, juegos de mesa, rompecabezas, series divertidas que provoquen tu risa, en fin, tú sabes lo que te hace bien: ¡búscalos!
3. Aprovecha el programa **Espíritu IEnova**, que a través de sesiones virtuales nos ofrece diferentes opciones para fomentar nuestra salud física y mental, desarrollar nuestro crecimiento personal y profesional, así como foros en los que podemos socializar con compañeros colaboradores y sus familias para platicar de los temas de nuestro interés.
4. Recuerda que, si tienes algún síntoma, puedes comunicarte con nuestro personal médico de Seguridad y Salud para dar el seguimiento adecuado. **Mantén contacto directo con nosotros** para saber de tu estado de salud a través de los recursos que hemos establecido para estos fines.
5. Echa mano de nuestras herramientas oficiales de tecnología para garantizar que nuestras operaciones continúen siendo eficientes y seguras. Recuerda que **Skype for Business** y **WebEx**, son nuestras plataformas oficiales de comunicación.

Aún no tenemos fecha exacta para regresar a nuestras rutinas habituales, por lo que te pedimos **redoblar esfuerzos en el cuidado de tu salud**, mantener tu compromiso para **seguir garantizando la continuidad de nuestras operaciones** y seguir muy atento de nuestros comunicados.

**Por un IEnova sano y productivo ¡cuidémonos entre todos!**