

Antes del vuelo



Medidas higiénicas

- Use su **máscara** todo el tiempo durante su viaje. Cuando se quita la máscara para control de seguridad, puede guardarla **en una bolsa sellada**.
- No sostenga los objetos que lleva como pasaportes, boletos y bolígrafos cerca de su boca.
- No olvide lavarse las manos con frecuencia con jabón durante **al menos 20 segundos**.
- Evite tocarse la cara y la boca con las manos.
- En el aeropuerto, **si se siente mal o tiene síntomas**, informe a las autoridades por su salud y la de los demás pasajeros.

Servicios sin contacto

- Puede realizar sus procedimientos de facturación sin **contacto** y **facturación automática de equipaje** en nuestros mostradores sin necesidad de cambiar su pasaporte o documento de identidad.
- Mantenga siempre la distancia social en áreas como **puntos de control de pasaportes** y **áreas de embarque**. Cumpla con todas las instrucciones del personal en estas áreas.





Durante el vuelo

Uso de mascarilla

- Use su máscara para **cubrirse la boca y la nariz** durante el vuelo y cámbiela cada 4 horas. No toque la parte frontal de su mascarilla.
- Cuando necesite quitarse la mascarilla temporalmente para comer o beber, **colóquela en una bolsa sellada**.
- No **se quite la máscara al mismo tiempo que** los pasajeros que están a su lado para comer y beber.
- Cuando necesites cambiarte la mascarilla, quitála **sin tocar su superficie frontal**, arrójala a la **bolsa de eliminación** que puedes encontrar en los bolsillos del asiento y no olvides cerrar la bolsa.



Distancia social en cabina

- Dentro del alcance de las precauciones de salud, **mantenga su distancia social** mientras esté en el pasillo y **permanezca en su asiento a** menos que sea necesario.
- Antes de usar los baños, puede seguir las **señales de** los baños **ocupados** para evitar la congestión que pueda ocurrir en los pasillos.
- **Al desembarcar**, permanezca sentado y espere a los que están sentados frente a usted para **mantener la distancia social**.

Recomendaciones de higiene

- Asegúrese de que **las rejillas de ventilación superiores** estén hacia abajo. Esto crea una presión positiva que permite una mayor protección.
- Podrás limpiar todas las superficies que toques como pantalla, reposabrazos y mando a distancia con las **toallitas antisépticas** disponibles en tu kit de higiene cuando quieras.
- Limpia tus dispositivos inteligentes con frecuencia.
- Después de ir al baño, lávese las manos con jabón durante **al menos 20 segundos**. Además, hay desinfectantes de manos en nuestros baños para uso común.



Recomendaciones de salud

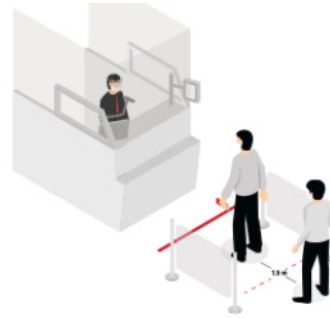
- Intente consumir **mucha agua** durante su vuelo. Beber suficiente agua ayuda a eliminar las toxinas del cuerpo y a neutralizar las bacterias y los virus.
- Para minimizar los efectos negativos en su cuerpo, puede hacer **ejercicios de estiramiento** en su asiento para regular la circulación sanguínea.
- Si tiene fiebre, tos, secreción nasal o problemas respiratorios, **informe a nuestra tripulación de cabina de inmediato**.



Después del vuelo

Aeropuerto

- Continúe **usando su máscara** después del vuelo.
- No sostenga los objetos que lleva, como pasaportes, boletos y bolígrafos cerca de su boca.
- Mantenga siempre la distancia social en **los puntos de control de pasaportes, reclamos de equipaje y áreas libres de impuestos** .



Dejando el aeropuerto

- Mantenga la distancia social y continúe usando máscara en los **vehículos de transferencia** al salir del aeropuerto.
- Después del vuelo, **evite el contacto cercano** con quienes lo rodean controlando su salud durante el período que determinen las autoridades sanitarias.
- Si tiene alguna queja, especialmente fiebre, tos, problemas respiratorios, use su máscara y comuníquese con **la institución de salud más cercana** .



Elementos recomendados



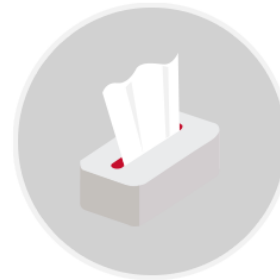
Máscara

Asegúrese de tener una cantidad suficiente de máscaras, teniendo en cuenta el tiempo de viaje y los controles de seguridad. No se permiten máscaras con válvulas o...



Aerosol nasal

Dado que la humedad en la cabina es baja, puede usar aerosoles nasales humectantes.



Pañuelos desechables

No olvide utilizar pañuelos desechables al estornudar o toser.



Almohada

Como parte de las precauciones de salud, no se ofrecerán productos textiles como almohadas en nuestro avión. Puede traer su almohada o almohada de viaje para el cuello.



Alcohol en gel

Puede llevar consigo su desinfectante de manos personal de hasta 100 ml.



Reporte de salud

Si tiene un problema de salud que le impide usar una máscara, puede viajar con visera y tener listo su informe de salud.



Bolsa sellada

Mantenga una bolsa sellada lista para usar cuando necesite quitarse la mascarilla temporalmente.