



# Guía de COVID-19

## FUMAR, VAPEAR Y ESCUPIR

COVID-19 es un virus que propaga a través de gotas respiratorias. Por favor, siga las siguientes recomendaciones para garantizar su buena salud, y también para la salud de su familia y compañeros de trabajo.

### FUMAR Y VAPEAR



Fumar y vapear debe hacerse a una distancia social de 12 pies. Es prohibido fumar o vapear dentro del edificio o alrededor de la entrada del edificio.

12'



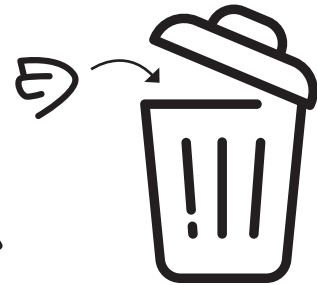
### ESCUPIR

Si es necesario, salga y escupe en una taza, en un pañuelo de papel o toalla desechable. Deséchalo en un contenedor de basura forrado.



**SE PROHÍBE  
ESCUPIR SIN  
CONTENERLO:**

- FLEMA
- TABACO
- SEMILLAS



### AYUDA PARA DEJAR DE FUMAR

Fumar puede comprometer el sistema inmunológico y lo pone en alto riesgo de contraer una enfermedad grave de COVID-19. Los fumadores que han contraído coronavirus pueden propagarlo a través del humo de segunda mano porque contiene gotas respiratorias. Ahora es el momento perfecto para aprovechar su Programa de asistencia al empleado (EAP) para ayudarlo a dejar de fumar. Estamos aquí para ayudarlo.

**Asistencia las 24 horas los 7 días de la semana | 800-866-8344 | [eap@wellness2000.com](mailto:eap@wellness2000.com)**

Elegibilidad: Todos los empleados y miembros de la familia elegibles. Un miembro de la familia elegible es cualquier persona elegible para ser cubierta en el seguro médico de la compañía. Por favor dígame al consejero que es un empleado de PBSGC, Pine Bluff Materials o Jeffrey Sand.