

# Prevenção ao Coronavírus (COVID-19)



## Saiba como se proteger

### 1 Lavar bem as mãos



Com água e sabão por 20 segundos

Álcool em gel

### 2 Evitar...

Contato próximo com pessoas doentes



Tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas



### 3 O que fazer quando espirrar e tossir?



Usar lenço descartável ou, caso não tenha, cobrir o nariz e a boca (espirrar no cotovelo)

### 4 Quais os sintomas?



Febre acima de 37,8°

Tosse seca ou com secreção

Falta de ar

### 5 Caso você tenha esses sintomas...



Evite locais com muita gente, ligue 136 ou procure uma unidade de saúde

### 6 Ah, não se esqueça de limpar e desinfetar...

Objetos e superfícies tocados com frequência

