

CORONAVÍRUS

COVID-19

O que fazer:



Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.



Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.

O que não fazer:



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.



Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.



Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

Devo ir ao hospital?



Se estiver somente com os sintomas normais de uma gripe, evite. Só vá se sentir falta de ar. Além de ajudar a rede hospitalar a atender melhor quem está infectado, os hospitais são locais de fácil transmissão de doenças. Lembre-se que amanhã você pode precisar ir a um hospital. Melhor que ele possa atendê-lo com rapidez.