



COMO SE PROTEGER DO CORONAVÍRUS? (COVID-19)

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



O VÍRUS PODE PERMANECER POR ATÉ 3 DIAS DEPENDENDO DO MATERIAL

A única forma de eliminar o vírus
é limpar regularmente o ambiente
e mantê-lo ventilado.

CASO APRESENTE SINAIS E SINTOMAS, COMO:

- » Febre
- » Tosse
- » Dor de garganta
- » Coriza
- » Dor de cabeça
- » Falta de ar
- » Fraqueza
- » Dor no corpo

PROCURAR IMEDIATAMENTE
O SERVIÇO DE SAÚDE MAIS
PRÓXIMO PARA AVALIAÇÃO

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



**MANTENHA
DISTÂNCIA
DE 1,5M DE
OUTRAS PESSOAS,
SÃO 4 PASSOS.**

Ao tossir ou espirrar cubra a boca e o nariz com um lenço descartável. Na falta de um lenço, use o antebraço; nunca as mãos!

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL

USE MÁSCARA

A recomendação das autoridades de saúde, a partir do início de abril, é que TODOS usem máscara.

Para proteger você e sua família, a orientação é por modelos simples, de pano.

O ideal é ter de 3 a 4 máscaras de tecido para trocar quando necessário. Ela deve ser usada por cerca de duas horas.

E para higienizar, lave com água e sabão e espere secar bem antes de reutilizar.

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



RECOMENDAÇÕES PARA EVITAR A INFECÇÃO:

- » Lave as mãos com frequência com água e sabão e passe álcool gel.
- » Evite lugares aglomerados e/ou fechados.
- » Quando tossir ou espirrar, cubra a boca e nariz.
- » Use lenço descartável para higiene nasal.
- » Não compartilhe objetos de uso pessoal.

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



**SUPERFÍCIES QUE NÃO
ESTÃO LIMPAS PODEM
CAUSAR INFECÇÃO.**

**SE TOCAR EM ALGUM
OBJETO, QUE PODE ESTAR
CONTAMINADO, EVITE:**

- » Tocar os olhos, nariz e boca
- » Encostar no rosto das pessoas
- » Pegar bebês no colo

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



LAVAR AS MÃOS
POR PELO MENOS
20 SEGUNDOS,
COM ÁGUA E
SABÃO, OU USE
ÁLCOOL GEL 70%

- » Lavar entre os dedos
- » Lavar a parte de detrás das mãos
- » Lavar embaixo das unhas

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



OBJETOS QUE PODEM ESTAR CONTAMINADOS

- » MAÇANETA
- » CORRIMÃO
- » CELULAR
- » COPO
- » LENÇOS
- » MOUSE
- » CANETA
- » TALHERES
- » BOTÕES DO ELEVADOR
- » PARTE DE FORA DA MÁSCARA
(DEVEM SER TROCADAS A CADA 2H)

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



FIQUE ATENTO!

A infecção por Coronavírus deve ser levada a sério. A utilização de álcool em gel, máscaras e isolamento social são importantes, mas não se esqueça que informação e lavar as mãos também são excelentes formas de prevenção.

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



APLICATIVOS SOBRE O CORONAVÍRUS

» O Ministério da Saúde disponibilizou aplicativos sobre o Coronavírus com informações, dicas, mapa de unidades de saúde, além de uma avaliação rápida sobre a relação de sintomas relatados com a definição de caso suspeito do vírus.

» Acesse o IOS ou Android e baixe para mais informações!



» 0800 644 4414
(41) 3330-4414 (apenas whats)

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL



CUIDE DA SUA SAÚDE E DA SUA FAMÍLIA!

Cuide da sua saúde e da sua família, mas não esqueça de cuidar do ambiente a sua volta. Ao cuidar do outro você também estará garantindo um ambiente seguro para todos.

TIAGO AMARAL
DEPUTADO ESTADUAL

