

CUIDADOS NECESSÁRIOS PARA COMBATER O CORONAVÍRUS

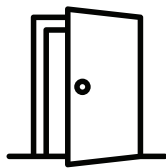
DENTRO DE CASA

SUA CASA DEVE SER UM LOCAL SEGURO



SEPARE UM CALÇADO SÓ PARA SAÍDAS

e, para limpá-lo, coloque-o por 15 minutos em contato com um pano úmido com uma solução com água sanitária.



HIGIENIZE PORTAS E MAÇANETAS

e retire temporariamente os tapetes da entrada.

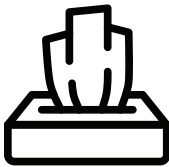


DEIXE CHAVES, BOLSAS, MOCHILAS E CARTEIRAS PRÓXIMAS À SAÍDA

para evitar o contato com o resto da casa.

LUGARES EXTERNOS

ANTES DE SAIR, INFORME-SE SOBRE
O USO CORRETO DE LUVAS E MÁSCARAS



USE UM LENÇO

para ajustar os óculos, coçar o rosto ou se apoiar em algum lugar e descarte-o em seguida.



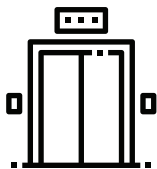
EVITE AGLOMERAÇÕES

mantenha uma distância mínima de 1,5 metro das pessoas.



SE TOCAR EM ALGO

higienize as mãos com álcool gel 70% ou água e sabão.



QUANDO USAR ELEVADORES

compartilhe-os apenas com pessoas de sua convivência.



EVITE MANUSEAR OBJETOS PESSOAIS

carregue apenas o essencial com você.



EVITE USAR ADORNOS

como anéis, brincos, relógios, e pulseiras, pois eles podem dificultar a higienização.

APOIO

 **EXAMES
PELA VIDA**

 **SBAC**
Sociedade Brasileira de Análises Clínicas

 **aceleralab**

MERCADOS E FARMÁCIAS

CONCENTRE AS COMPRAS, REDUZA AS SAÍDAS,
E, SE POSSÍVEL, PREFIRA A TELE-ENTREGA



HIGIENIZE OS PEGADORES
do carrinho ou das alças da
cesta antes de usar.



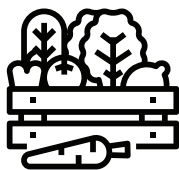
**CUIDADO AO MANIPULAR
EMBALAGENS**
não toque em produtos sem
necessidade.



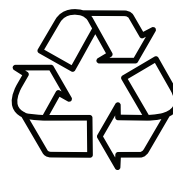
PAGUE COM CARTÃO
ou por aproximação, evitando
dinheiro.



LIMPE AS EMBALAGENS
com solução com água sanitária
ou álcool 70% antes de guardar.



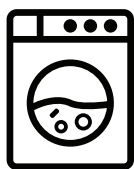
**HIGIENIZE LEGUMES,
VERDURAS E FRUTAS**
deixe-os imersos em solução com
água sanitária por 10 minutos.



**DESCARTE SACOLAS
PLÁSTICAS**
e higienize sacolas retornáveis.

AO VOLTAR PARA CASA

ANTES DE QUALQUER COISA,
HIGIENIZE-SE



**RETIRE IMEDIATAMENTE
ROUPAS E CALÇADOS**
e coloque-os para lavar.



LAVE AS MÃOS
com água e sabão.



**TOME BANHO
ASSIM QUE CHEGAR**
não permaneça em casa sem
higienizar-se.



**DESINFETE OBJETOS
PESSOAIS**
como celulares, carteiras,
chaves, cartões bancários
e bolsas com álcool 70%.

O QUE É INDICADO
PARA A HIGIENIZAÇÃO



ÁGUA E SABÃO
é a melhor opção.



ÁLCOOL 70%
líquido para limpeza,
e em gel para mãos.



**SOLUÇÃO COM
ÁGUA SANITÁRIA**
25ml de água sanitária
para cada 1L de água.

SIGA OS CUIDADOS E SAIA APENAS QUANDO NECESSÁRIO.
A MELHOR FORMA DE PROTEGER A TODOS É NÃO SAIR DE CASA.