

SÃO MATEUS CONTRA O CORONAVÍRUS

O OBJETIVO É PRESERVAR A VIDA HUMANA!



COMO SE PROTEGER?



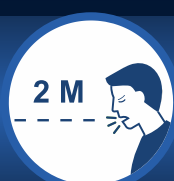
Lave as mãos frequentemente, com água e sabão, até a altura dos punhos e, quando não for possível, higienizar as mãos com álcool em gel 70;



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



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos como já indicado.



Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros de outras pessoas.



Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote uma onda amigável, sem contato físico, mas sempre com um sorriso no rosto.



Higienize com frequência aparelhos eletrônicos como celulares, além dos brinquedos das crianças.



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



Evite aglomerações e mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.



COMO É TRANSMITIDO?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra, por contato próximo, por meio de:



Gotículas de saliva



Espirro



Tosse



Toque ou aperto de mãos



Catarro



Objetos ou superfícies contaminadas



COMO SÃO OS SINTOMAS?

Os sintomas mais comuns são febre, tosse ou dificuldade para respirar.



Caso apresente os sintomas, ligue 136 ou procure um posto de saúde.