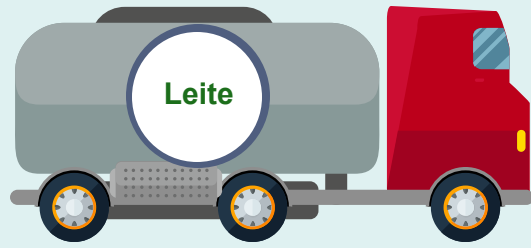
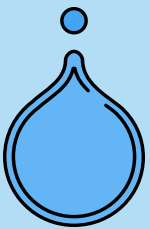


# Como se prevenir de contrair e disseminar o **Coronavírus**

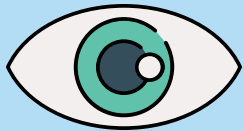


**Transportador**, siga estas recomendações para se prevenir de contrair e disseminar o coronavírus para você e para outras pessoas.

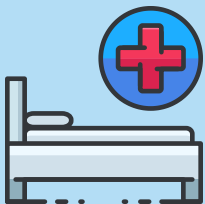
## Como se prevenir da Infecção pelo Vírus



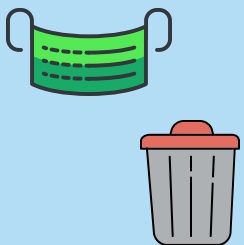
Lave suas mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos, com frequência. Desinfete suas mãos e superfícies com álcool gel 70% antes e após as operações.



Evite tocar seus olhos e sua boca com mãos sujas e contaminadas.



Evite contato próximo com pessoas doentes.

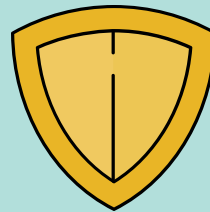


Proteja sua tosse e espirros com uma máscara e depois a descarte em local seguro. Botas e luvas devem ser descartadas também em local seguro.

## Como se prevenir de Disseminar o Vírus



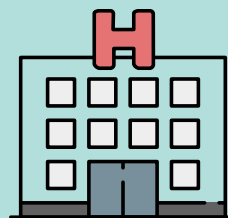
Desinfete superfícies que você tocou com álcool gel 70%. Lave suas mãos com frequência por pelo menos 20 segundos e as desinfete. **Recomenda-se** o uso de botas e luvas descartáveis.



Evite contato com outras pessoas e mantenha distância de pelo menos 2 metros. Use máscara para proteger sua tosse e espirros de contaminarem outras pessoas.



Fique em casa se estiver doente.



Monitore seus sintomas e procure atendimento médico se seus sintomas piorarem.

Transportador, seu trabalho é muito importante e precisamos de você com saúde. Tudo vai passar! Siga as recomendações e para mais informações, acesse <https://coronavirus.saude.gov.br/>