

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

Siga estas orientações para evitar de adquirir e transmitir o  
Coronavírus para outras pessoas

## Como prevenir a **Infecção pelo Vírus**



Lave sempre as mãos com  
água e sabão por pelo  
menos 20 segundos e  
depois desinfete-as com  
álcool gel 70%.



Evite tocar os seus olhos e  
a boca com as mãos sujas.



Evite contato com pessoas  
doentes.



Cubra sua tosse e espirros  
com um lenço de papel  
descartável e jogue-o fora  
após o uso.

## Como prevenir a **Disseminação do Vírus**



Desinfete as superfícies que  
você tocou com álcool 70%.  
Lave sempre as suas mãos  
com água e sabão, por pelo  
menos 20 segundos e as  
desinfete com álcool gel 70%.



Use uma máscara para  
evitar de tossir e de ter  
coriza, o que pode  
aumentar o risco de  
contaminar alguém.



Evite contato com outras  
pessoas. Fique em casa  
enquanto estiver doente.



Monitore seus sintomas e  
procure atendimento  
médico se houver piora.

O sucesso do controle desta pandemia depende de nós. Devemos nos proteger e evitar o contágio dos outros. Por isto, precisamos nos conscientizar de que o isolamento social, dentro do possível, é o melhor caminho para derrotar este vírus! Vamos ganhar esta batalha!!!

Mais informações acesse <https://coronavirus.saude.gov.br/>