

Lave suas mãos!

Lavar as mãos com **água e sabão** e usar antisséptico de mãos à base de **álcool gel 70%** ajuda na prevenção do coronavírus (Covid-19).

Você deve lavar as suas mãos, principalmente:

Após **tossir** ou **espirrar**.

Após **tocar** em outras **pessoas**.

Após **ir ao banheiro**.

Antes e depois das **refeições**.

Ao tossir e espirrar

Evite a transmissão do coronavírus (Covid-19):

Cubra a boca e o nariz, usando os braços ou lenço descartável.

Evite usar as mãos. E, se usar, lembre-se de higienizá-las.

Se usar um lenço, jogue-o fora imediatamente e lave as mãos.

Dê preferência ao uso de lenços descartáveis e lembre-se de não colocar a mão no rosto, boca e nariz.