

CORONAVÍRUS COVID - 19

O que você
precisa
saber e fazer.

Como o coronavírus (COVID-19) é transmitido?

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



Aperto de mãos
(principal forma
de contágio)



Tosse



Catarro



**Gotículas
de saliva**



Espirro



**Objetos ou
superfícies
contaminadas**

Quais os sintomas?

Os sintomas mais comuns são:



Febre



Tosse



**Dificuldade
para respirar**

SE VOCÊ ESTÁ COM SINTOMAS DE GRIPE, FIQUE EM CASA POR 14 DIAS E SIGA AS ORIENTAÇÕES DO MINISTÉRIO DA SAÚDE PARA O ISOLAMENTO DOMICILAR.

Só procure um hospital de referência se estiver com falta de ar.

Como se proteger?



Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize 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 qualquer pessoa tossindo ou espirrando.



Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote um comportamento amigável sem contato físico.



Higienize com frequência o celular e os brinquedos das crianças.



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



Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e fique em casa até melhorar.



Durma bem e tenha uma alimentação saudável.

SAIBA COMO PROTEGER VOCÊ
E SUA FAMÍLIA. ACESSE:

saude.gov.br/coronavirus

DISQUE
SAÚDE
136

PREFEITURA DE
GASPAR



SUS

MINISTÉRIO DA
SAÚDE

PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL