

CORONAVÍRUS

8 RECOMENDAÇÕES NO TRAJETO "TRABALHO-CASA"

O NOVO CORONAVÍRUS PODE MANTER-SE ATIVO POR HORAS E ATÉ DIAS EM SUPERFÍCIES E ATÉ MESMO SUSPENSO NO AR. MANTER A HIGIENE É FUNDAMENTAL PARA COMBATÊ-LO.

1. AO SAIR DO TRABALHO, HIGIENIZE AS MÃOS AO TOCAR EM SUPERFÍCIES



SEMPRE que **tocar em superfícies** como botão do elevador, maçanetas, corrimão, catracas, ponto eletrônico e **antes de entrar e ao sair do transporte público**.

2. ENTRE EM CASA SEM OS SAPATOS



Eles podem servir de **condutores para o vírus**. O correto é deixá-los para fora de casa - se possível, separe um par para sair, entre com ele nas mãos e o higienize na lavanderia.

3. TIRE AS ROUPAS E TOME UM BANHO



Ao chegar em casa, entre descalço ou com meias, coloque as roupas direto no cesto de roupas sujas ou máquina de lavar e tome um banho. **Se for profissional da Assistência**, utilize os vestiários para tomar banho.

4. LIMPE SUA BOLSA, CHAVES, CELULAR E DEMAIS ITENS



Deixe uma caixinha na entrada de casa e, ao chegar, **deposite o material e faça higienização com álcool 70°** ou passe um pano com água e detergente. Deixe a bolsa pendurada no alto, se possível.

5. TROUXE EMBALAGENS DO MERCADO? LIMPE-AS TAMBÉM

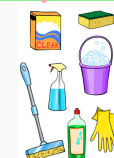


Caixas de leite, latas, potes de iogurte, vidros e demais embalagens, **lave tudo o que vier de fora** com água e detergente. Depois, é só secar e guardar.



NÃO SE ESQUEÇA: LAVAR AS MÃOS FREQUENTEMENTE COM ÁGUA E SABÃO OU HIGIENIZAR COM ÁLCOOL EM GEL É A MELHOR FORMA DE PREVENÇÃO, E TAMBÉM:

LIMPE A CASA TODOS OS DIAS



Limpar **as superfícies e o piso com água e sabão e, para uma limpeza mais profunda, utilize desinfetante comum, álcool 70°, água e sabão ou água sanitária 2% ou 2,5% (25ML para 1l d'água)**, respeitando as instruções na embalagem.

ADOTE O DISTÂNCIAMENTO SOCIAL



O Ministério da Saúde recomenda manter uma distância de 2 metros de distância de outras pessoas, pois a transmissão ocorre pelo contato com o vírus, que é transportado por gotículas expelidas pela fala, tosse ou espirro e entram em contato com a mucosa dos olhos, nariz e boca.

MANTENHA OS QUARTOS VENTILADOS



Deixe as **janelas abertas** para favorecer a circulação e renovação do ar.