



COVID-19

Prevenção Geral

Secretaria de Saúde da Flórida • FloridaHealth.gov • tinyurl.com/FLcdcprevention

Proteja-se de todos os tipos de doenças infecciosas tomando as seguintes precauções.



**Se estiver doente,
fique em casa**



**Evite o contato
com pessoas doentes**



**Durma bem e coma
refeições bem balanceadas**



**Lave as mãos frequentemente,
com água e sabão,
por no mínimo 20 segundos**



**Seque-as com uma toalha
limpa ou ao vento**



**Evite tocar seus olhos,
nariz e boca sem ter
lavado as mãos ou após
tocar alguma superfície**



**Cubra sua boca com um
lenço ou sua manga
ao tossir ou espirrar.**



**Limpe e desinfete
frequentemente
superfícies muito tocadas**



**Ligue para o médico
antes ir
ao consultório**

Exemplos de superfícies muito tocadas: balcões, mesas, trincos de portas, puxadores de gavetas e armários, telefones, teclados, torneiras e outras superfícies da cozinha e banheiro, como aparelhos sanitários, etc. Limpe bem qualquer superfície exposta a sangue, fezes e outros fluidos corporais. Ao usar borrifadores ou panos com produtos de limpeza, siga as instruções do rótulo. Rótulos contêm informações sobre como usar o produto de forma segura e eficaz, com indicações das precauções a serem tomadas como, por exemplo, se é necessário usar luvas ou manter o ambiente arejado durante a aplicação.