

# CORONAVÍRUS COVID-19

## O que você precisa saber e fazer.

### Como posso me proteger?



Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.



Ao tossir ou espirrar, cubra o nariz e a boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.



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



Evite contato físico com outras pessoas (beijos, abraços e apertos de mãos).



Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

### Como o coronavírus (COVID-19) é transmitido?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros), por meio de:



Gotículas de saliva



Espirro



Tosse



Catarro



Toque ou aperto de mãos



Objetos ou superfícies contaminadas

### E quais são os principais SINTOMAS?

O coronavírus (COVID-19) é **SIMILAR A UMA GRIPE**. Geralmente é uma doença leve ou moderada, mas alguns casos podem ficar graves. Os sintomas mais comuns são:



FEBRE



TOSSE



DIFICULDADE PARA RESPIRAR