

RECOMENDAÇÕES PARA EVITAR AS INFEÇÕES RESPIRATÓRIAS



Quando espirrar ou tossir, cubra o nariz e a boca com um lenço de papel...

... ou use o antebraço!



Deite os lenços usados no lixo.

Lave bem as mãos, durante 40 a 60 segundos.



Se tiver sintomas, guarde uma distância de, pelo menos, um metro, das outras pessoas.



1 metro

