

humanittare   
always efficient

# IDA AO MERCADO



MEDIDAS E DICAS  
DE PROTEÇÃO

PRODUÇÃO: DEPARTAMENTO DA SAÚDE | HUMANITTARE CONSULTORIA

Ir ao supermercado em tempos de Quarentena pede alguns cuidados de prevenção.  
Confira algumas dicas:



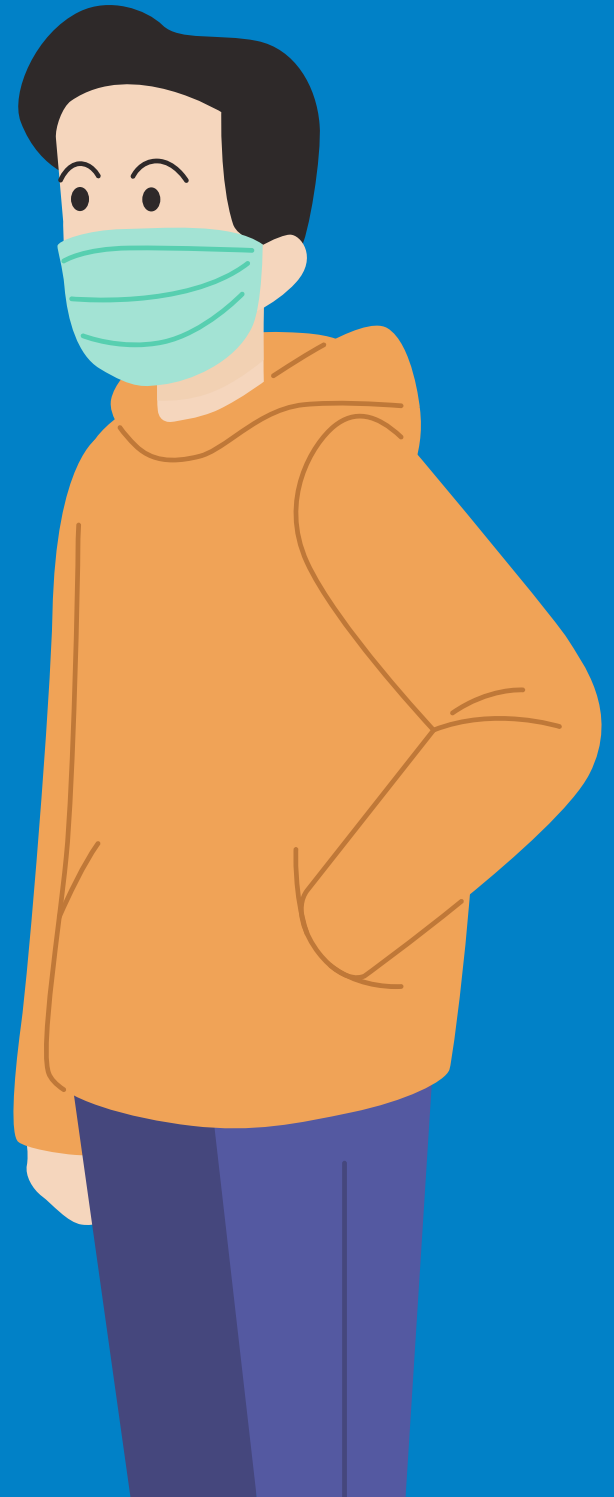
Nunca fique a menos de um metro de  
outra pessoa



Considere que sua mão está  
sempre suja



Nunca leve a mão  
à boca, ao olho, ao  
nariz ou aos cabelos



Pague suas  
compras no cartão.  
Evite utilizar  
moedas e muito  
menos notas de  
papel.



**GUARDE  
ÁLCOOL EM  
GEL E ÁLCOOL  
LÍQUIDO 70%  
COM UM ROLO  
DE PAPEL  
TOALHA NO  
CARRO**



Coloque as compras no porta-malas  
e em seguida, abra a porta do carro e  
passe álcool em gel na mão  
(ainda fora do veículo)







Molhe uma folha de  
papel toalha com  
álcool líquido 70% e  
passe:



No volante e no freio de mão;  
Alavanca das marchas;  
Maçaneta interna da porta;  
Controles dos vidros;  
Controles de rádio,  
tela, multimídia.





Higienize os alimentos  
ao chegar em casa



Mergulhe as verduras e frutas em uma solução com água sanitária diluída (siga as instruções dos rótulos) e depois enxague com bastante água corrente





Passa álcool 70% em embalagens  
de alimentos que serão  
armazenadas. Higienize também  
os produtos não comestíveis



Limpe-os com álcool  
70% ou deixe-os ao  
sol por pelo menos  
duas horas



# SEMPRE QUE CHEGAR EM CASA:





Tire os sapatos







Troque de roupa





Lave as mãos e os  
braços



É importante ter uma “roupa de rua”  
Não transite em casa com ela!



**PASSE ÁLCOOL  
70% UMA VEZ  
POR DIA EM:**



Torneiras;  
Maçanetas das portas;  
Chaves de casa e do carro;  
Celular e Tablet;  
Notebook;  
Teclado;  
Mouse.



**E LAVE  
AS MÃOS  
SEMPRE!**



A melhor maneira de combater  
epidemias é com o engajamento.  
Cuide de você para cuidar de todos.





humanittare  
always efficient