

humanittare 
always efficient

FICAR EM CASA É NECESSÁRIO

DURANTE A
DISSEMINAÇÃO
DO CORONAVÍRUS



PRODUÇÃO:
DEPARTAMENTO DA SAÚDE
HUMANITTARE CONSULTORIA

O governador de São Paulo João Doria (PSDB) anunciou a prorrogação da quarentena no estado de São Paulo devido a pandemia do novo coronavírus até o dia 10 de maio de 2020.



O vírus é transmitido de pessoa para pessoa. Quando alguém tosse ou espirra libera gotículas com o agente patogênico que fica no ar ou recaem sobre superfícies.



O indivíduo pode ser contaminado ao respirar essas partículas ou após tocar objetos infectados e levar as mãos aos olhos, nariz ou boca.





0
distanciamento
social é uma
medida de
prevenção e
solidariedade.



Se as pessoas evitarem sair de casa e tomarem os cuidados básicos de higiene, reduzirão o risco de contrair ou transmitir a doença e conseqüentemente não sobrecarregar sistema de saúde.





Imagine se os casos no Brasil continuarem a subir e todos os infectados procurarem ao mesmo tempo os hospitais e unidades de saúde.



Certamente não haverá leitos,
profissionais e unidades de saúde
suficientes para atender a demanda.



Por isso, é de extrema importância que você evite sair de casa nesse momento. Além de cuidar da sua saúde e da sua família, você protege aqueles que são mais vulneráveis a doença.



MEDIDAS DE PREVENÇÃO



O Ministério da Saúde recomenda medidas básicas de saúde para evitar a disseminação do vírus que vão de encontro com as medidas de prevenção aconselhadas pela OMS:



Lavar as mãos regularmente com água e sabão ou utilizar uma solução a base de álcool 70%.




Manter uma
distância mínima
de 2 metros de
qualquer pessoa
tossindo ou
espirrando.





Ao tossir ou
espirrar cobrir o
nariz e a boca com
o antebraço ou um
lenço de papel.





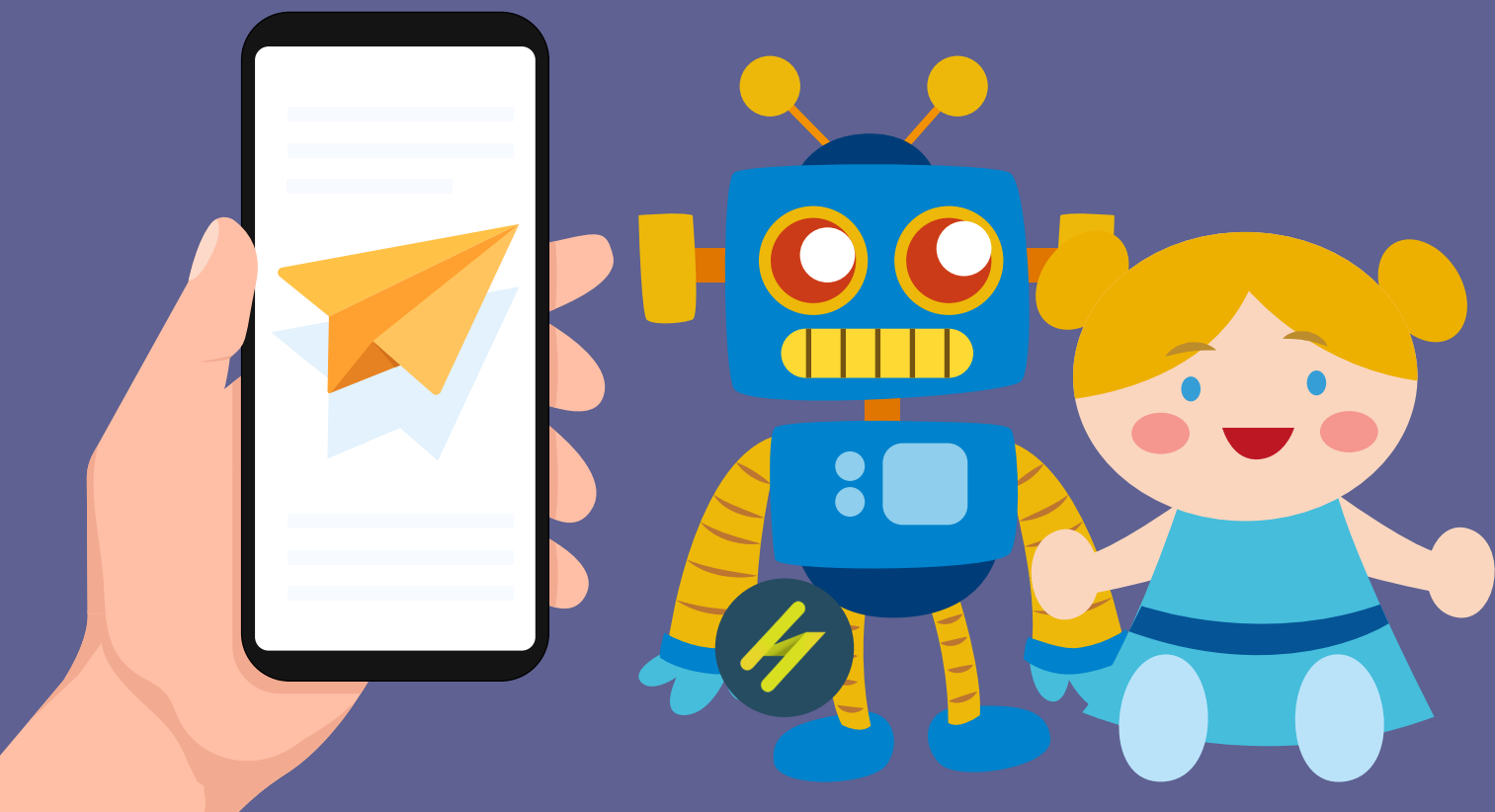
Evitar tocar olhos,
nariz e boca sem
que as mãos
estejam limpas.



Evite abraços, beijos e apertos de mãos.
Adote as novas regras de etiquetas sem
contato físico, mas sempre com um
sorriso no rosto.



Higienize com frequência o celular e os brinquedos das crianças.



Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.





Não DEIXE DE SE VACINAR contra a gripe influenza, embora a vacina não proteja contra o coronavírus, ela é eficiente no combate a outras doenças respiratórias, como o H1N1.





Caso apresente
sintomas como
febre, tosse
e dificuldade
de respirar,
procurar ajuda
médica.

Se estiver doente,
evite contato físico
com outras pessoas,
principalmente
idosos e doentes
crônicos. Fique em
casa até melhorar.

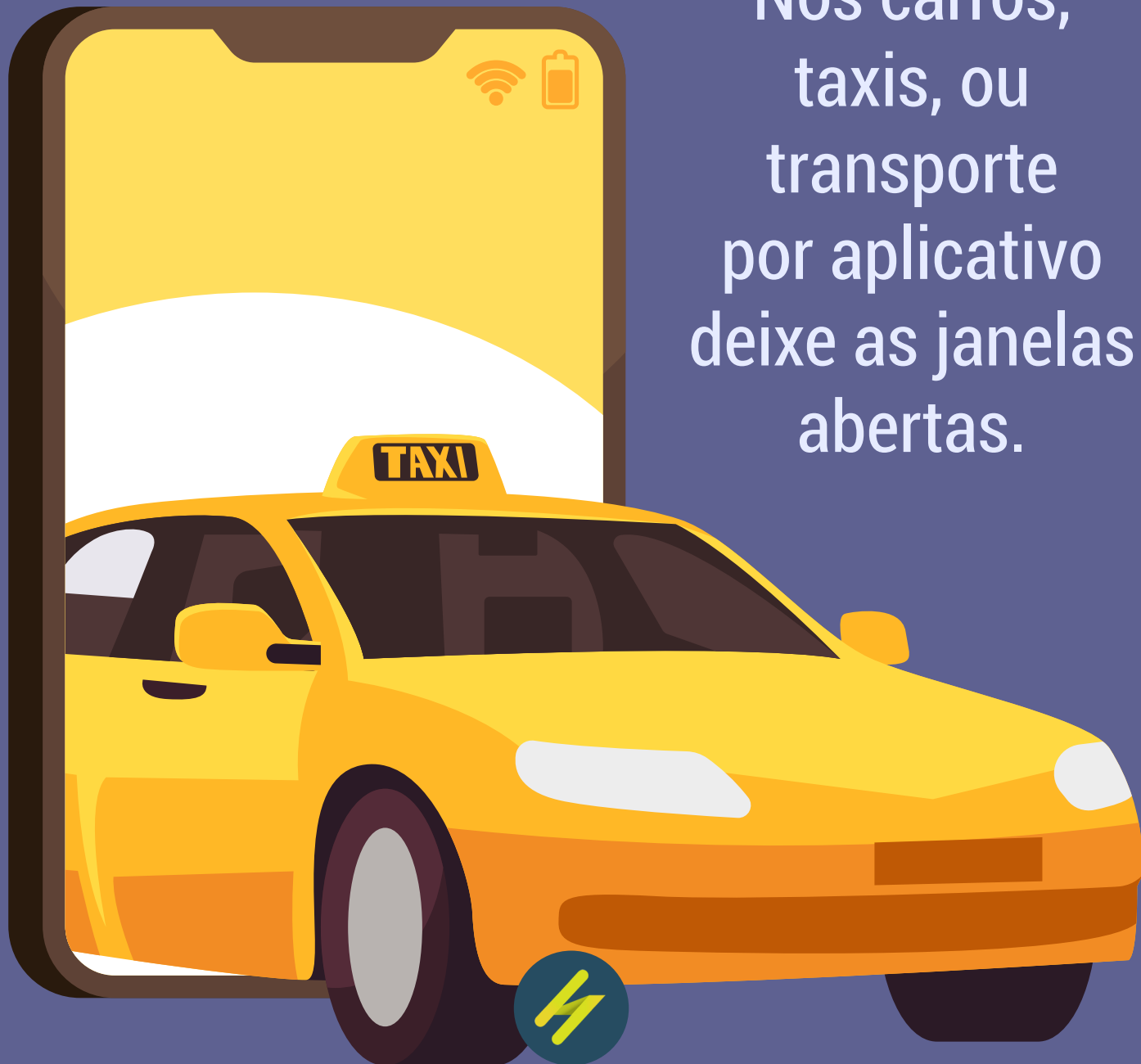


Durma bem
e tenha uma
alimentação
saudável.



Respeite o distanciamento social.
Se necessário sair de casa (para o supermercado, farmácia ou para aqueles que trabalham em serviços essenciais), utilize máscaras caseiras ou artesanais feitas de tecido.





Nos carros,
taxis, ou
transporte
por aplicativo
deixe as janelas
abertas.

Adotar estas iniciativas representam um ato responsável e de solidariedade com o próximo.



#juntosomosmaisfortes



humanittare 
always efficient

Referências:
coronavirus.saude.gov.br
g1.globo.com