

# CORONAVÍRUS

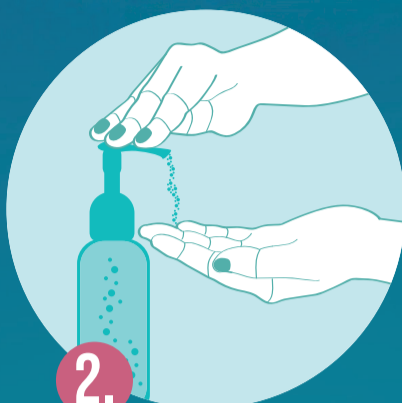
# COVID-19

## COMO SE PREVENIR



1.

Lavar as mãos até a metade do pulso, esfregando também as partes internas das unhas



2.

Usar álcool 70 para limpar as mãos antes de encostar em áreas como olhos, nariz e boca e após espirrar



3.

Tossir ou espirrar levando o rosto à parte interna do cotovelo



4.

Cobrir boca e nariz com lenço descartável ao tossir e espirrar



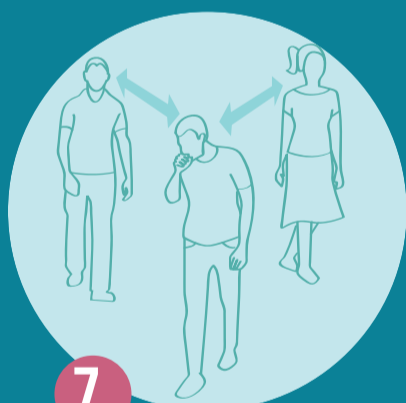
5.

Usar máscara caso apresente sintomas



6.

Evitar tocar nariz, olhos e boca antes de limpar as mãos



7.

Manter a distância de um metro de pessoas espirrando ou tossindo



8.

Limpar com álcool objetos e superfícies tocados frequentemente



9.

Evitar cumprimentar com beijos no rosto, apertando as mãos ou abraçando



10.

Evitar sair de casa, caso apresente algum sintoma da gripe



11.

Evitar multidões



12.

Se informar sobre os métodos de prevenção e passar informações corretas



**PROGESP**  
PRÓ-REITORIA DE GESTÃO DE PESSOA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE

**DAS**  
DIRETORIA DE  
ATENÇÃO À SAÚDE  
DO SERVIDOR

**UFRN**  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE