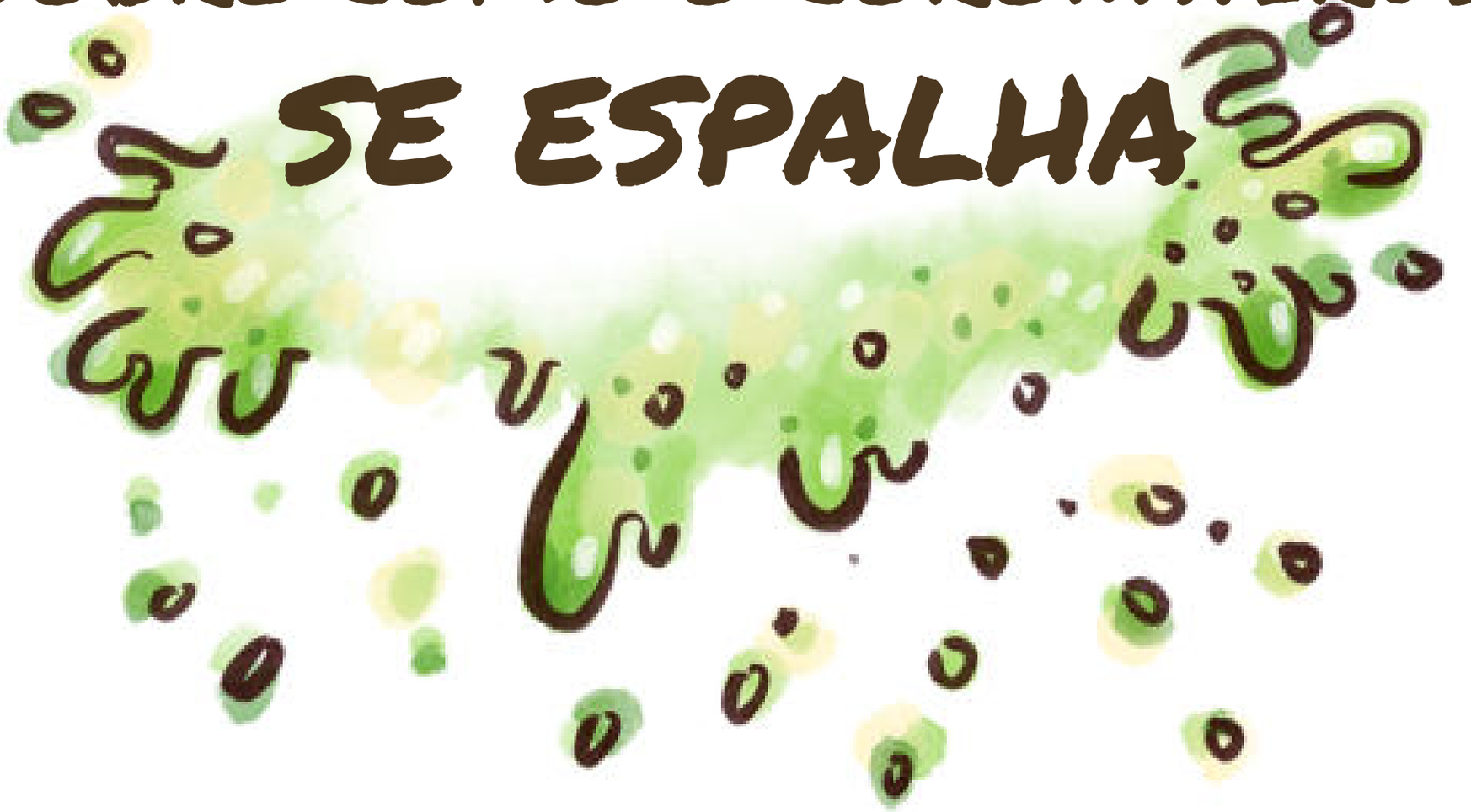
SÓ HÁ UMA COISA QUE PRECISA DE PERCEBER SOBRE COMO O CORONAVÍRUS SE ESPALHA



weimankow

Traduzido para português por

cnc

CRIA

drv.uc

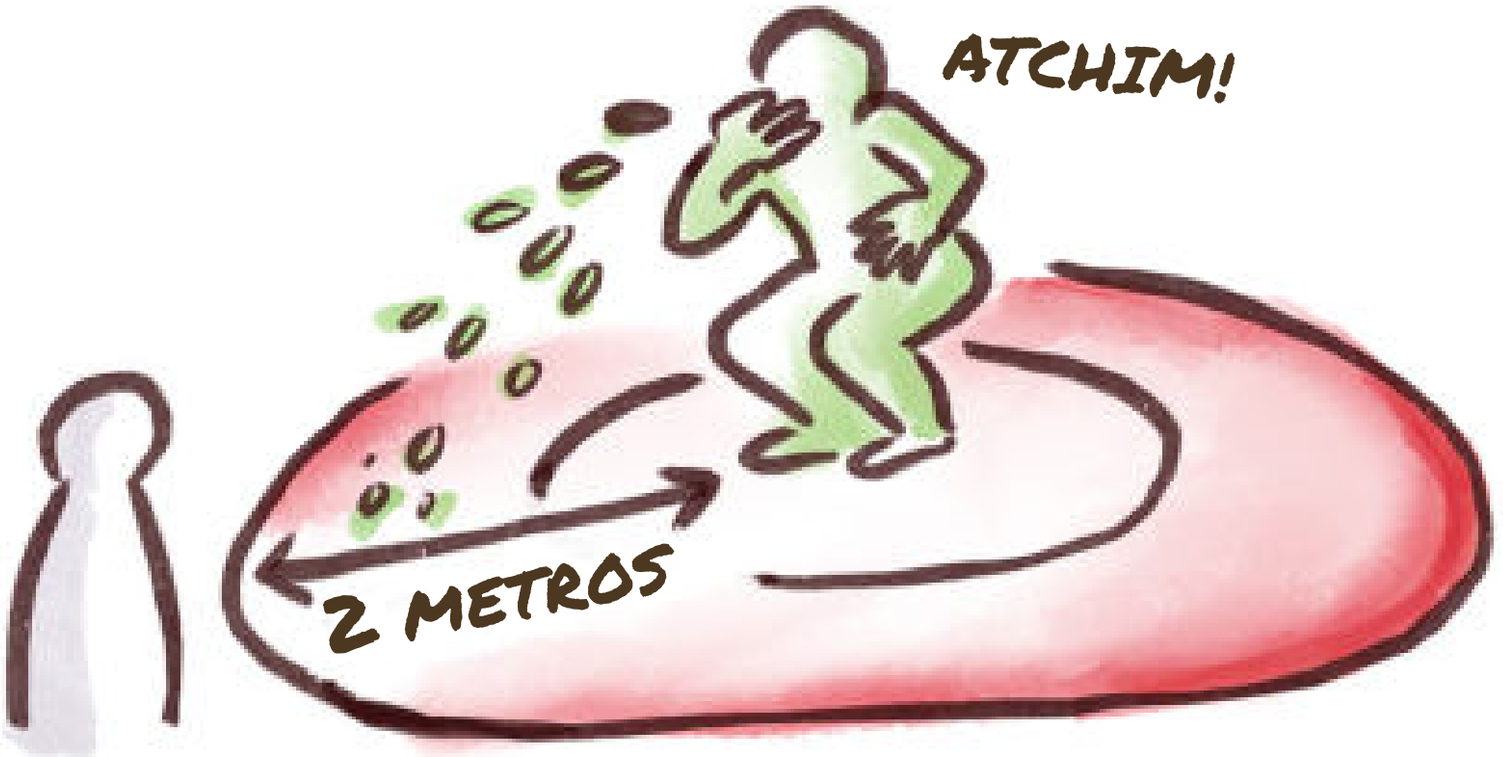
O VÍRUS ESPALHA-SE QUANDO

Traduzido para português por

cnc CRIA drv.uc

weimankow

SE VIR ALGUÉM QUE ESTÁ VISIVELMENTE A TOSSIR/ESPIRRAR/DOENTE, PODE ESCOLHER:



1. MANTER A SUA DISTÂNCIA. 2 METROS VÃO DEIXÁ-LO EM SEGURANÇA DE GOTÍCULAS GRANDES

weimankow

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR cnc CRIA drv.uc

OU,

2 DAR-LHES UMA MÁSCARA.
PODERÃO TOSSIR/ESPIRRAR À VONTADE E PROTEGER TODOS OS QUE ESTÃO PERTO

weimankow

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR cnc CRIA drv.uc

E NO GERAL, É UMA BOA IDEIA EVITAR MULTIDÕES, PORQUE NÃO SE SABE QUEM PODERÁ ESTAR DOENTE.

PESSOAS QUE ESTÃO INFETADAS PODEM NÃO DEMONSTRAR SINTOMAS, MAS SÃO CONTAGIOSAS

TALVEZ ELA NÃO ESTEJA DOENTE, PODE ESTAR APENAS A PROTEGER-SE.

weimankow

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR cnc CRIA drv.uc

CONTUDO, POR VEZES A SALIVA DE UMA PESSOA DOENTE PODE CHEGAR A OUTRAS COISAS...

E AINDA NA PARTE DE FORA DA SUA MÁSCARA

PESSOA SAUDÁVEL

weimankow

Traduzido para português por cnc CRIA drv.uc

E SE TOCAR EM ALGUMA DESTAS COISAS ACIDENTALMENTE, E DEPOIS TOCAR NA SUA CARA,

OU A CARA DOS SEUS ENTES QUERIDOS

PODEM TODOS FICAR DOENTES.

weimankow

Traduzido para português por cnc CRIA drv.uc

OS VÍRUS CONSEGUEM DURAR ATÉ 24 HORAS NOS OBJETOS,

E A ÚNICA MANEIRA EFICIENTE DE SE LIVRAR DELES É LAVÁ-LOS BEM COM SABÃO.

weimankow

Traduzido para português por cnc CRIA drv.uc

E É POR ISSO QUE É MUITO IMPORTANTE SEGUIR ESTAS

PRECAUÇÕES

weimankow

Traduzido para português por cnc CRIA drv.uc

1 NÃO TOQUE NA SUA CARA. (OU NA CARA DE ALGUÉM.)

SE TIVER DE, LAVE BEM AS SUAS MÃOS COM SABÃO PRIMEIRO.

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR
cnc
CRIA
drv.uc

weimankow

O QUE É LAVAR BEM?

LAVAR A PARTE DETRÁS DAS SUAS MÃOS

ENTRE OS DEDOS

DEBAIXO DAS UNHAS

DURANTE 20 SEGUNDOS

O SUFICIENTE PARA CANTAR OS "PARABÉNS" DUAS VEZES

Traduzido para português por

cnc

CRIA

drv.uc

weimankow

2 DEITE FORA AS MÁSCARAS A PARTIR DO MOMENTO QUE SENTE QUE ESTÃO POUCO ASSEADAS, NÃO AS USE MAIS QUE 1 DIA!

*AS BACTÉRIAS CONSEGUEM CRESCER NO LADO INTERIOR DA SUA MÁSCARA SE A USAR DEMASIADO TEMPO

TAMBÉM NÃO TOQUE NO LADO EXTERIOR DA SUA MÁSCARA SE CONSEGUIR.

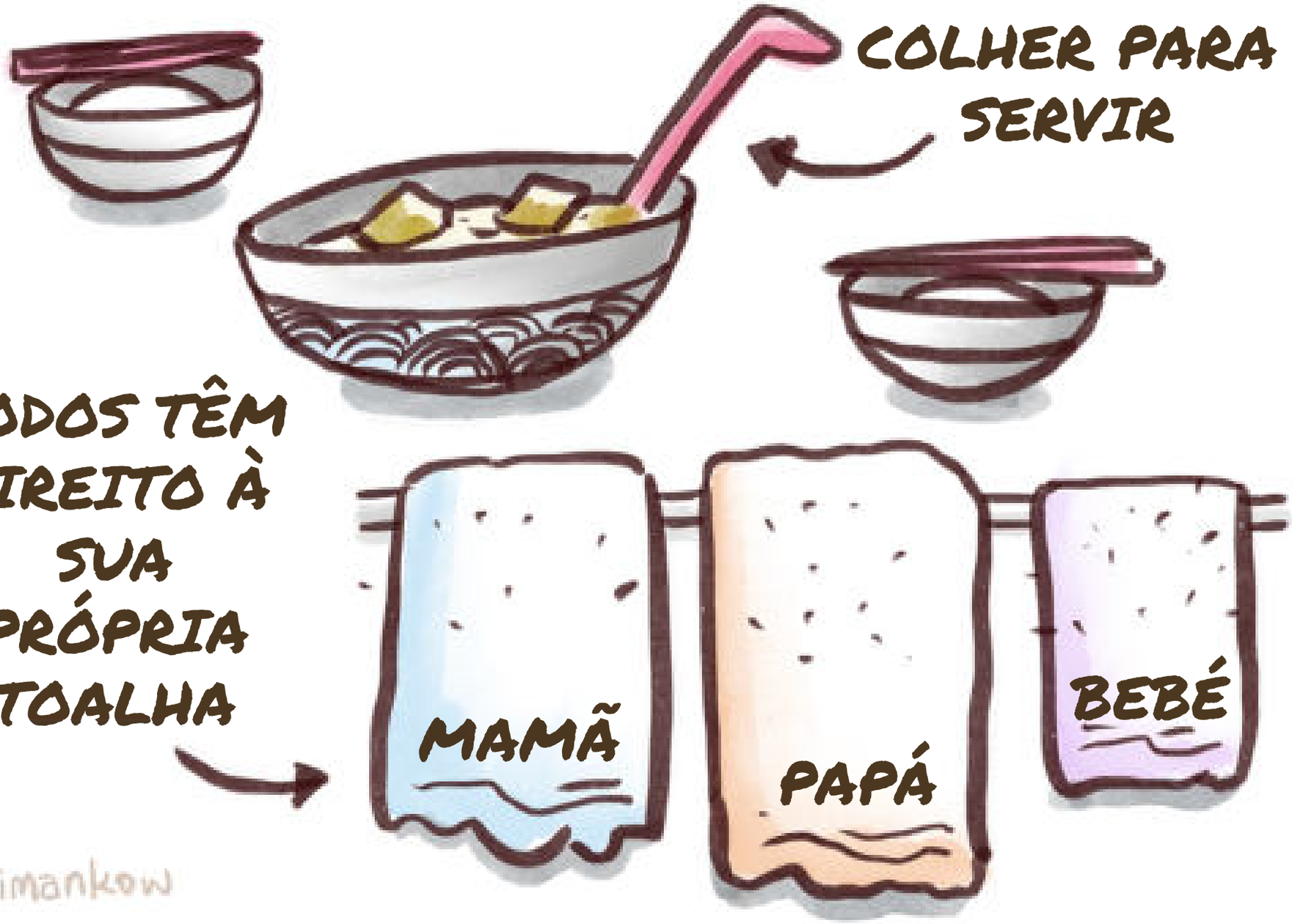
MAS SE TOCAR, NÃO PREOCUPE, LAVE AS SUAS MÃOS COM SABÃO A SEGUIR

weimankow

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR cnc CRIA drv.uc

Traduzido para português por cnc CRIA drv.uc

3 NÃO PARTILHE COMIDA, UTENSÍLIOS, COPOS, TOALHAS.



weimankow

4 SE TIVER ACABADO DE LAVAR AS MÃOS, NÃO TOQUE DIRETAMENTE NA MAÇANETA DA PORTA

USE O COTOVELO, OU UMA TOALHA DE PAPEL PARA ABRIR A PORTA

PODERÃO ESTAR GOTÍCULAS

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR

cnc

CRIA

drv.uc

weimankow

E FINALMENTE,

5 LAVE SEMPRE AS SUAS MÃOS COM SABÃO ...

- ANTES DE COMER

- E DEPOIS DE ESTAR EM PÚBLICO

weimankow

Traduzido para português por cnc CRIA drv.uc

FIQUEM TODOS EM SEGURANÇA!
SOAP
weimankow
Traduzido para português por
cnc
CRIA
drv.uc

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS PARA INFORMAÇÃO MÉDICA:

1. DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE (WWW.DGS.PT)

2. "NOVEL CORONAVIRUS (2019-NCOV), DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (HTTPS://YOUTU.BE/MOVIABVYKGA)

LEIA ESTES MATERIAIS PARA MAIS DICAS!

weimankow

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR cnc CRIA drv.uc