



Lavar as mãos faz parte da sua rotina?

A prevenção está em suas mãos. Higienizar reduz 40% das contaminações por vírus e bactérias. Além de ser rotina, esse ato é fundamental:

- Após frequentar local público;
- Antes de colocar as mãos nos olhos, nariz ou boca;
- Antes, durante e depois de preparar a comida;
- Antes de comer;
- Antes e depois de cuidar de alguém com sintomas respiratórios;
- Depois de assoar o nariz, tossir ou espirrar;
- Após usar o banheiro.

Cuide da sua saúde, cuide de você. Proteja-se!

Fonte: DIP - Hospital Naval Marcílio Dias