

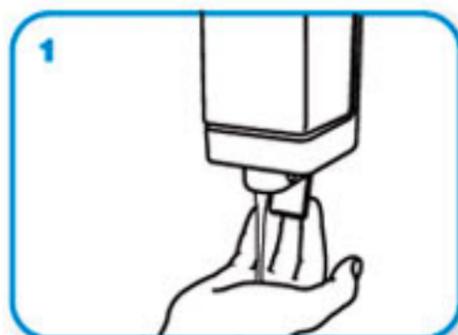
# Covid-19 | Novo coronavírus

## A melhor prevenção é a lavagem correta das mãos

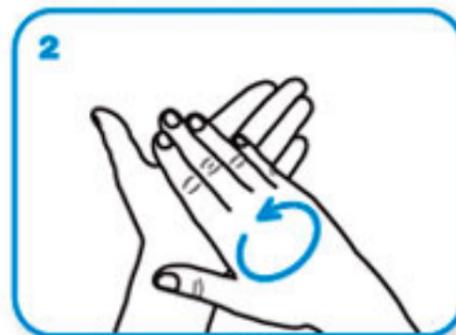
Cada lavagem deve durar pelo menos 20 segundos e deve ser feita com frequência



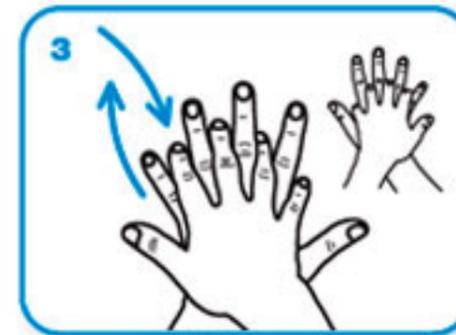
0 Molhe as mãos com água



1 Aplique sabão por toda a mão



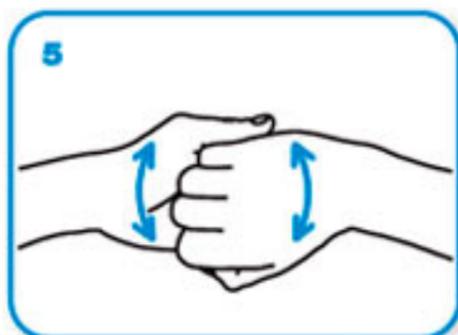
2 Esfregue as palmas das mãos



3 Coloque a mão direita sobre a esquerda e entrelace os dedos. Faça a mesma coisa com a mão esquerda sobre a direita.



4 Entrelace os dedos com as palmas das mãos viradas uma para a outra



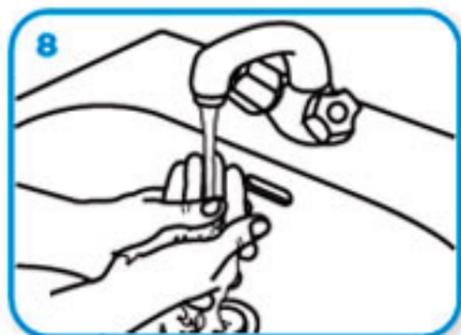
5 Feche as mãos e esfregue os dedos



6 Esfregue os dedos polegares



7 Faça movimentos circulares nas palmas das mãos



8 Enxágue as mãos com água



9 Seque as mãos com papel



10 Use um papel para fechar a torneira e também para abrir a porta do banheiro ao sair



11 ...e suas mãos estarão seguras.

Fonte: Organização Mundial da Saúde (OMS)



Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz

[fiocruz.br/coronavirus](https://fiocruz.br/coronavirus)

#SaúdeRespiratória #HigieneÉPrevenção



**Use água e sabão  
para lavar as mãos.  
Use álcool em gel  
apenas quando  
não tiver torneira  
por perto.**



# Covid-19 | Novo coronavírus

Previna-se da doença!

Você sabe quando é recomendada a lavagem das mãos?



- Após tossir ou espirrar
- Quando estiver cuidando de doentes
- Antes, durante e depois de preparar alimentos
- Antes das refeições
- Após ir ao banheiro
- Quando as mãos estiverem visivelmente sujas
- Depois de lidar com animais ou seus dejetos

Fonte: Organização Mundial da Saúde (OMS)



Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz

[fiocruz.br/coronavirus](https://fiocruz.br/coronavirus)

#SaúdeRespiratória #HigieneÉPrevenção

