

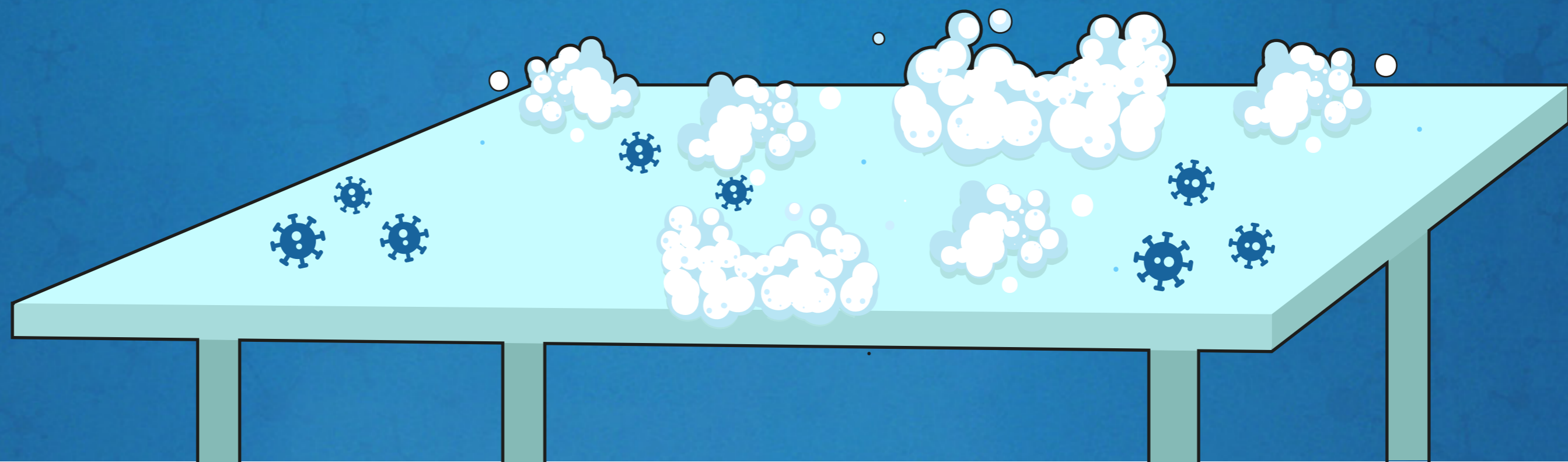
# COMO O COVID-19 SE ESPALHA



GOVERNO DE  
**SANTA CATARINA**  
SECRETARIA DE ESTADO  
DA SAÚDE

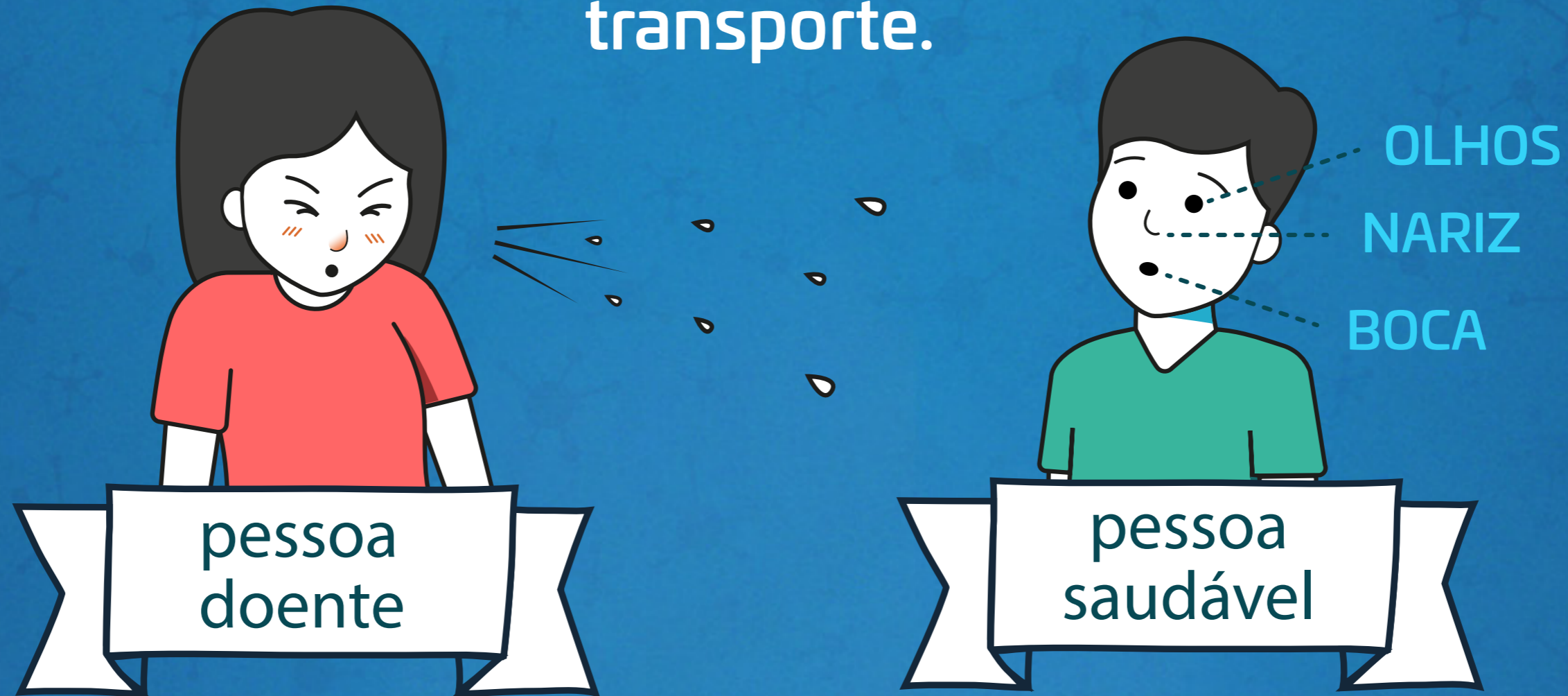
# O vírus permanece por até 24 horas nos objetos.

A única forma de eliminar o vírus é  
limpar regularmente o ambiente e  
mantê-lo ventilado;



O vírus que provoca a doença é transmitido por gotículas.

A saliva serve  
como meio de  
transporte.





Mantenha **distância** de  
pessoas doentes,  
Ao tossir ou espirrar **cubra**  
**a boca** e o nariz com um  
lenço descartável.

Na falta de um lenço, use o  
**antebraço**; nunca as mãos!

A pessoa doente deve usar  
uma **máscara apropriada**  
para não infectar as  
pessoas saudáveis que  
estão ao seu redor.



# Caso apresente **sinais** **e sintomas, como:**

febre

tosse

dor de garganta

coriza

dor de cabeça

falta de ar

fraqueza

dor no corpo

Procurar imediatamente o serviço de  
saúde mais próximo para avaliação.



# Recomendações para evitar esse tipo de infecção:

- ✓ Lavar as mãos frequentemente com água e sabão e passar álcool em gel
- ✓ Manter distância e evitar tocar em pessoas doentes
- ✓ Evitar lugares aglomerados e/ou fechados
- ✓ Quando tossir ou espirrar, cobrir a boca e nariz
- ✓ Utilizar lenço descartável para higiene nasal
- ✓ Não compartilhar objetos de uso pessoal
- ✓ Evitar deslocamentos enquanto a pessoa estiver doente

A infecção também pode ser por **superfícies não limpas**. Se tocar em algum objeto que possa estar contaminado evite:



tocar mucosas de olhos,  
nariz e boca



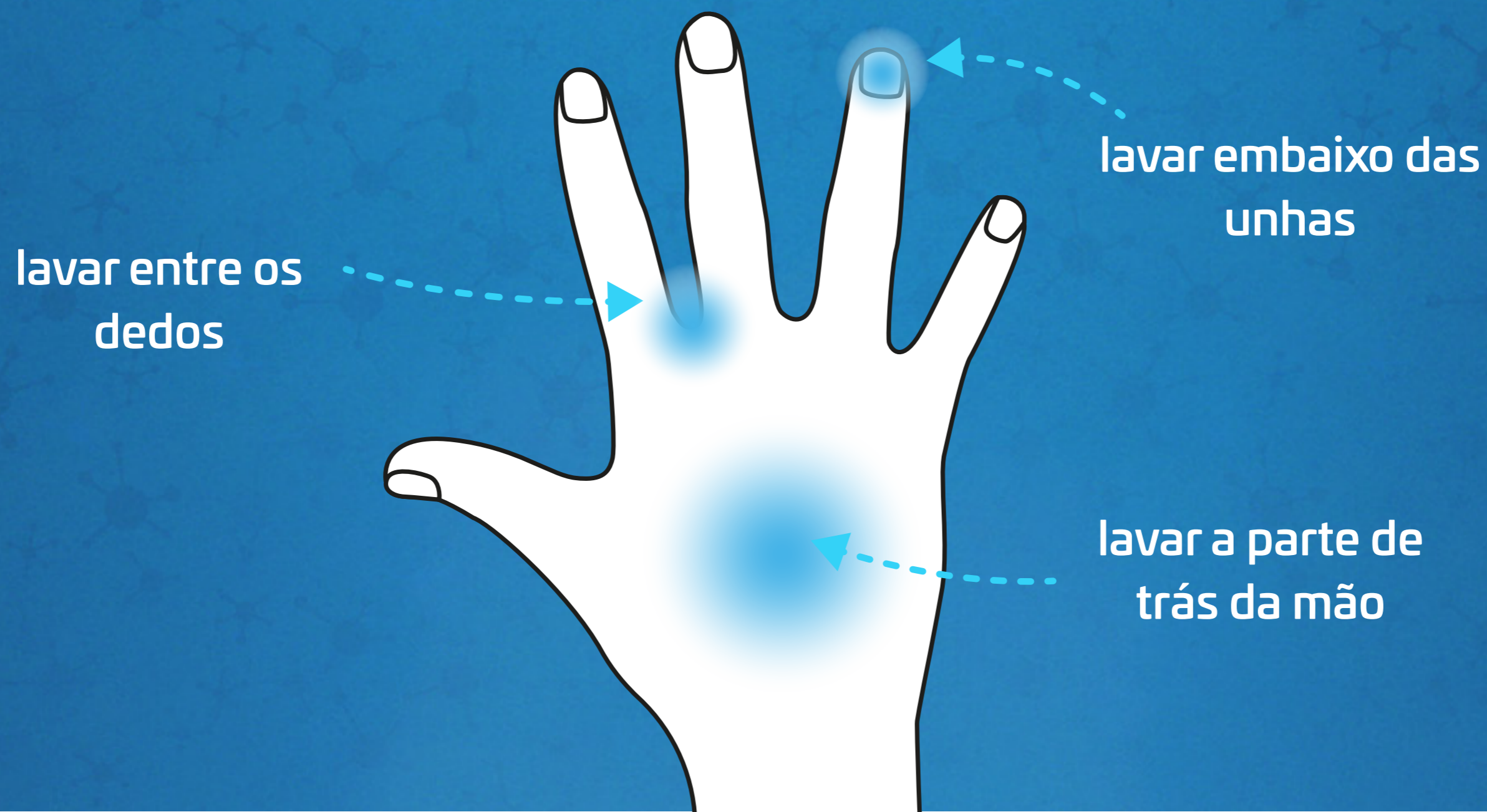
encostar no rosto das  
pessoas



pegar bebês no colo



Lavar as mãos por pelo menos 20 segundos  
com **água e sabão** ou usar antisséptico de  
mãos à base de álcool



# Objetos que podem estar contaminados:



PARTE DE FORA  
DA MÁSCARA



MAÇANETA



TALHERES



BOTÕES DE  
ELEVADOR



CANETA



DISPOSITIVOS  
ELETRÔNICOS



CORRIMÃO



MOUSE



COPOS



LENÇOS

**CUIDE DA  
SUA SAÚDE!**

