

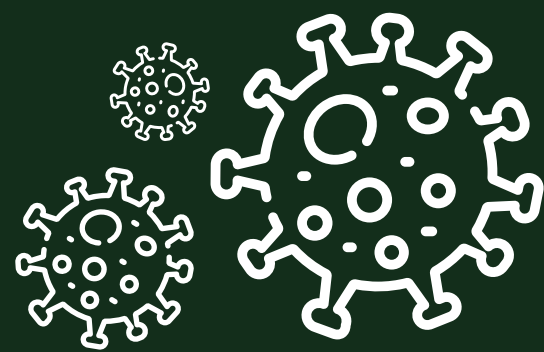
PROTEJA-SE DO
CORONAVÍRUS
COVID-19

Unoeste

Neste momento que estamos vivendo, não podemos nos esquecer das melhores formas de prevenção contra o nosso maior inimigo atualmente: o **coronavírus**.

Por isso, separamos algumas dicas para te ajudar na prevenção diária.

AO AR LIVRE, O VÍRUS DESIDRATA, SECA E MORRE.



Ele necessita sair da pessoa infectada e entrar pela boca, nariz ou olhos da pessoa saudável, e assim, infectar mais um.

VÍRUS EXPOSTO A LUZ SOLAR MORRE EM 2 OU 3 MINUTOS.



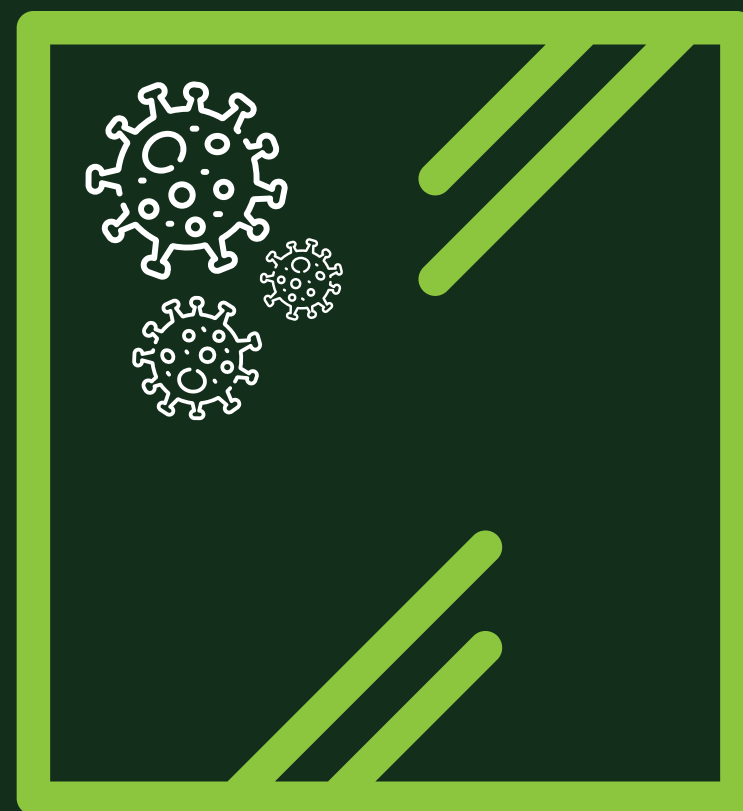
Quando em contato com o sol do meio dia, em dias nublados esse tempo muda para em média, 15 minutos.

O VIRUS EM UM LOCAL FECHADO E SEM LUZ DIRETA



Pode sobreviver por até **6 horas** em ambientes como madeira, papel, roupas, cabelos, dentro de veículos e de casa

E SE O VÍRUS CAIR SOBRE SUPERFÍCIES SOMBREADAS?



Em superfícies sombreadas e frias, como vidros, mármore e metais, ele pode sobreviver por até **12 horas.**

A PROPAGAÇÃO DO VÍRUS:



Mesmo sendo muito pequeno, uma simples fala ou espirro é capaz de liberar gotículas invisíveis de uma pessoa infectada, até mesmo a respiração é suficiente para liberar o vírus no ar.

EM CASO DE INFECÇÃO, SE ISOLE!



Mesmo sem apresentar sintomas, a pessoa infectada está produzindo trilhões de vírus em seu organismo, que são liberados até por sua respiração.

CUIDADOS COM A HIGIENE:



Ao trabalhar, usar transporte público ou ir a locais essenciais, não toque os olhos, boca ou nariz. Ao chegar em casa, lave e higienize as mãos antes de tocar em algo ou outras pessoas.

PENDURE ROUPAS UTILIZADAS POR NO MÍNIMO, 8 HORAS.



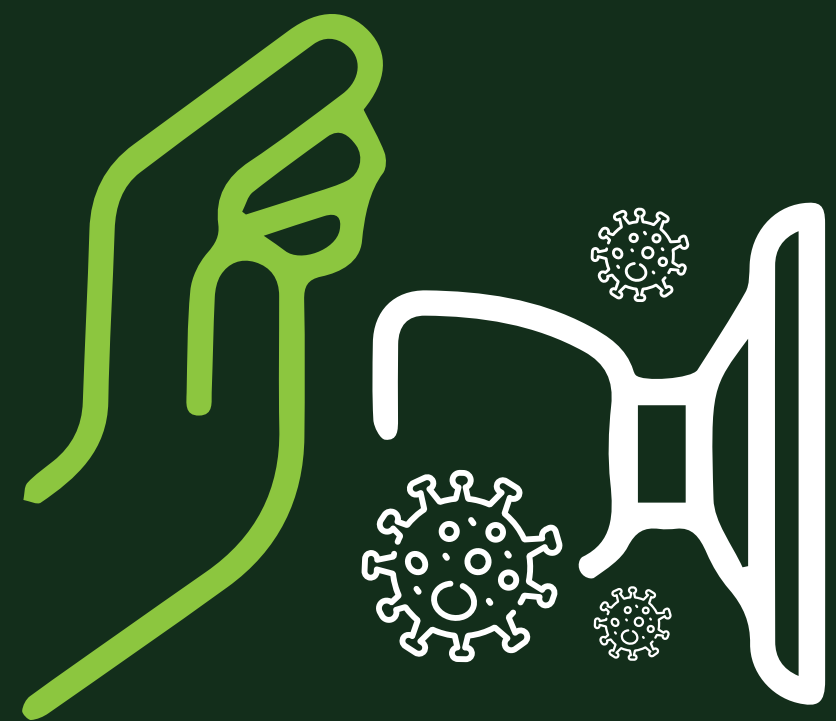
Pendurando as roupas de noite, caso o vírus esteja em sua superfície, estará morto pela manhã. Lembre-se, em roupas, o vírus pode sobreviver por até 6 horas.

LAVE OS CABELOS COM SABONETE.



O vírus é sensível ao pH básico de sabão, detergente e sabonete, por isso, a melhor opção para lavar o cabelo é o sabonete. O shampoo por possuir pH neutro, não é eficiente contra o vírus.

AO TOCAR QUALQUER SUPERFÍCIE UTILIZADA POR OUTRAS PESSOAS,



Não leve a mão ao rosto.
Lave as mãos antes e não
toque sua máscara. E lembre
sempre de descartar sua
máscara quando necessário.

DURMAM EM CÔMODOS SEPARADOS SEMPRE QUE POSSÍVEL.



Dormir em cômodos separados ajuda a evitar a propagação do vírus, em casos de pessoas que não apresentam sintomas.

O VIRUS É VULNERÁVEL CONTRA DESINFETANTES E ÁLCOOL.



Utilize desinfetantes e água sanitária para limpar a casa. Para aplicar sobre a pele, utilize álcool gel 70%. O vírus não resiste a esses produtos.

USE MÁSCARA SEMPRE!



Fora de casa, é indispensável o uso de máscaras. Evite sempre tocar sua máscara com as mãos e lembre-se que o ideal é trocá-las a cada **2 horas**.

EVITE QUALQUER TIPO DE AGLOMERAÇÃO.



Fique em casa o máximo que puder, só saia para aquilo que realmente for essencial, dessa forma, ajudamos a diminuir a propagação do vírus.

FAÇA SUA PARTE,
PROTEJA-SE!

Unoeste