

# IFPA CONTRA O CORONAVÍRUS

Como agir em tempos  
de coronavírus?



Lavar bem as mãos com água e sabão ou higienizá-las com álcool em gel 70%.



Evite contatos físicos, como:  
aperto de mãos, beijos e abraços.



Evite passar as mãos nos  
próprios olhos, nariz e boca.



Para reduzir as chances de transmissão,  
evite aglomerações.



Ao tossir ou espirrar, cubra a boca  
e o nariz com lenço descartável



Durante esse período,  
evite compartilhar objetos pessoais



Use máscara cirúrgica em  
caso de suspeita do COVID-19

Saiba quais  
são os principais  
sintomas



Tosse



Febre



Nariz  
escorrendo



Confusão  
mental



Dificuldade  
para respirar

Caso apresente esses sintomas,  
dirija-se a uma unidade de saúde.



Dentro do possível,  
fique em casa.



Em tempos de distanciamento social,  
fique atento a sua saúde mental.

<https://ifpa.edu.br/coronavirus>