

SÓ HÁ UMA COISA
QUE PRECISA DE PERCEBER
SOBRE COMO O CORONAVÍRUS
SE ESPALHA?



O VÍRUS ESPALHA-SE QUANDO

ESTAS GOTÍCULAS



TRADUZIDO PARA
PORTUGUÊS POR

cnc

CENTER FOR
NEUROSCIENCE
AND CELL
BIOLOGY

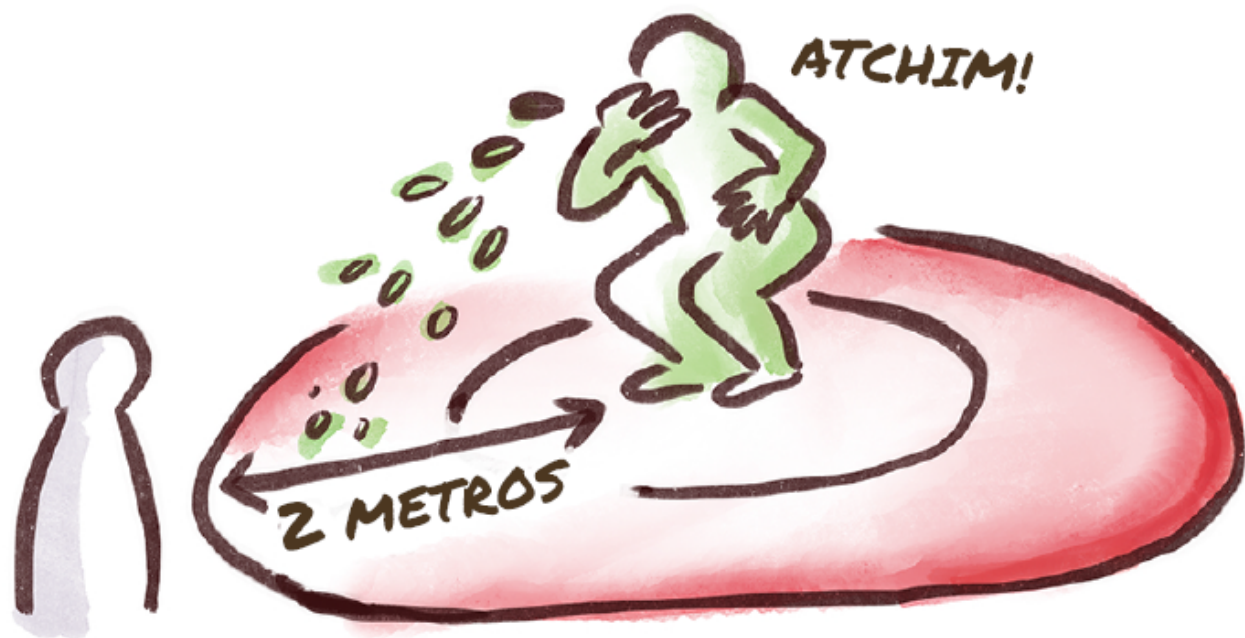
FCM-UBI
FCM-UC
ICTE-UL
UM

CRIA
CENTRO EMÍBIA
DE INVESTIGAÇÃO
EM ANTROPOLÓGIA



drv.uc
DEPARTMENT OF LIFE SCIENCES

SE VIR ALGUÉM QUE ESTÁ
VISIVELMENTE A
TOSSIR/ESPIRRAR/DOENTE, PODE
ESCOLHER:



- 1 MANTER A SUA DISTÂNCIA.
2 METROS VÃO DEIXÁ-LO EM
SEGURANÇA DE GOTÍCULAS GRANDES

OU,



- ② DAR-LHES UMA MÁSCARA.
PODERÃO TOSSIR/ESPIRRAR À VONTADE E
PROTEGER TODOS OS QUE ESTÃO PERTO

**E NO GERAL, É UMA BOA IDEIA
EVITAR MULTIDÕES, PORQUE NÃO
SE SABE QUEM PODERÁ ESTAR
DOENTE.**



**PESSOAS QUE ESTÃO
INFETADAS PODEM
NÃO DEMONSTRAR
SINTOMAS, MAS SÃO
CONTAGIOSAS**

**TALVEZ ELA NÃO ESTEJA DOENTE,
PODE ESTAR APENAS A
PROTEGER-SE.**

CONTUDO, POR VEZES A SALIVA DE UMA PESSOA DOENTE PODE CHEGAR A OUTRAS COISAS...



E AINDA NA
PARTE DE FORA
DA SUA MÁSCARA



**E SE TOCAR EM ALGUMA DESTAS
COISAS ACIDENTALMENTE, E
DEPOIS TOCAR NA SUA CARA,**



PODEM TODOS FICAR DOENTES.

OS VÍRUS CONSEGUEM DURAR ATÉ 24 HORAS NOS OBJETOS,



E A ÚNICA MANEIRA EFICIENTE DE SE LIVRAR DELES É LAVÁ-LOS BEM COM SABÃO.

**E É POR ISSO QUE É MUITO
IMPORTANTE SEGUIR ESTAS**

5

PRECAUÇÕES

1

NÃO TOQUE NA SUA CARA.
(OU NA CARA DE ALGUÉM.)

SE TIVER DE, LAVE BEM AS SUAS
MÃOS COM SABÃO PRIMEIRO.



TRADUZIDO PARA
PORTUGUÊS POR

CNC CENTER FOR
NEUROSCIENCE
AND CELL
BIOLOGY

CRIA CENTER FOR
INTEGRATIVE
ANTHROPOLOGY

dsv.uc
DEPARTMENT OF LIFE SCIENCES

O QUE É LAVAR BEM?

LAVAR A PARTE
DETRÁS DAS SUAS
MÃOS

ENTRE OS
DEDOS

DEBAIXO
DAS UNHAS



DURANTE 20
SEGUNDOS

É SUFICIENTE PARA
CANTAR OS "PARABÉNS"
DUAS VEZES

TRADUZIDO PARA
PORTUGUÊS POR

cnc CENTRO FOR
NEUROSCIENCE
AND CELL
BIOLOGY

CRIA CENTRO DE RESE
DE INVESTIGAÇÃO
EM ANTRÓPOLOGIA

drcv.uc
DEPARTMENT OF LIFE SCIENCES

@weimankow



2

DEITE FORA AS MÁSCARAS A PARTIR DO MOMENTO QUE SENTE QUE ESTÃO POUCO ASSEADAS, NÃO AS USE MAIS QUE 1 DIA!

*AS BACTÉRIAS CONSEGUEM CRESCER NO LADO INTERIOR DA SUA MÁSCARA SE A USAR DEMASIADO TEMPO



TAMBÉM NÃO TOQUE NO LADO EXTERIOR DA SUA MÁSCARA SE CONSEGUIR

MAS SE TOCAR, NÃO PREOCUPE, LAVE AS SUAS MÃOS COM SABÃO A SEGUIR

3

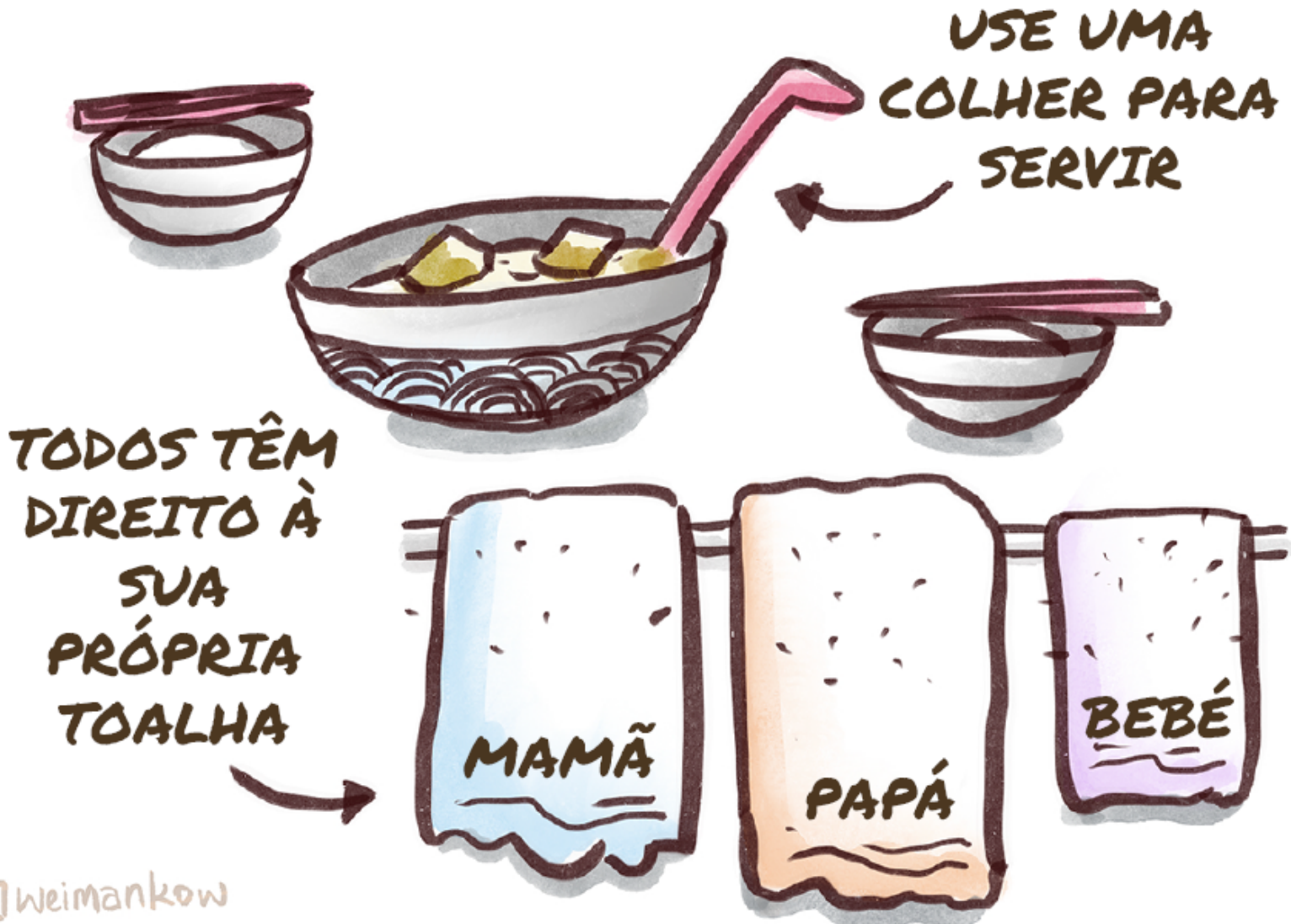
TRADUZIDO PARA
PORTUGUÊS POR

cnc CENTER FOR
NEUROSCIENCE
AND CELL
BIOLOGY

CRIA CENTRO BRASILEIRO
DE INVESTIGAÇÃO
EM ANTRÓPOLOGIA

dsv.uc
DEPARTMENT OF LIFE SCIENCES

NÃO PARTILHE COMIDA, UTENSÍLIOS, COPOS, TOALHAS.



4

SE TIVER ACABADO DE LAVAR AS MÃOS, NÃO TOQUE DIRETAMENTE NA MAÇANETA DA PORTA

USE O COTOVELO, OU UMA TOALHA DE PAPEL PARA ABRIR A PORTA



PODERÃO ESTAR GOTÍCULAS

TRADUZIDO PARA PORTUGUÊS POR

cnc CENTRO FOR NEUROSCIENCE AND CELL BIOLOGY

CRIA CENTRO DE INVESTIGAÇÃO EM REPRODUÇÃO E ETNOLOGIA

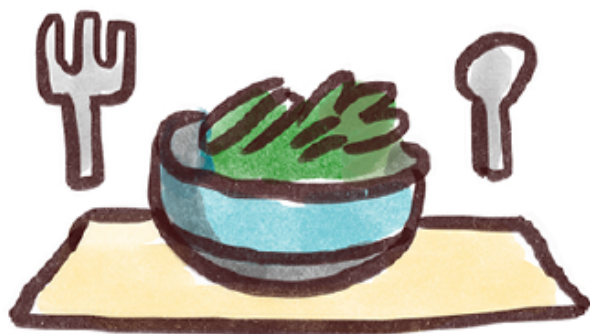
drcv.uc DEPARTMENT OF LIFE SCIENCES

ip

E FINALMENTE,

5 LAVE SEMPRE AS SUAS MÃOS COM SABÃO ...

- **ANTES DE COMER**



- **E DEPOIS DE ESTAR EM PÚBLICO**

**FIQUEM
TODOS EM
SEGURANÇA!**



TRADUZIDO PARA
PORTUGUÊS POR

cnc CENTRO NACIONAL
DE INVESTIGAÇÃO
EM MICROBIOLOGIA
E BIOTECNOLOGIA

CRIA CENTRO DE INVESTIGAÇÃO
EM REPRODUÇÃO
E ANTROPOLÓGIA

drcv.uc DEPARTMENT OF LIFE SCIENCES

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS PARA INFORMAÇÃO MÉDICA:

1. DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE
(WWW.DGS.PT)

2. "NOVEL CORONAVIRUS
(2019-NCOV), DA ORGANIZAÇÃO
MUNDIAL DE SAÚDE
([HTTPS://YOUTU.BE/MOVIABVYKGA](https://youtu.be/moviabvYkGA))

LEIA ESTES MATERIAIS PARA MAIS DICAS!

CORONAVÍRUS
2019-nCoV



VERDADEIRO

É seguro encomendar produtos da China?

OS CORONAVÍRUS NÃO SOBREVIVEM POR LONGOS PERÍODOS EM OBJETOS. AS PESSOAS QUE RECEBEM ENCOMENDAS OU CARTAS DA CHINA **NÃO ESTÃO EM RISCO DE SER INFETADAS PELO NOVO CORONAVÍRUS (2019-NCOV)**