

# ORIENTAÇÕES DE PREVENÇÃO DA COVID-19 PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE

## Cuidados na volta para casa



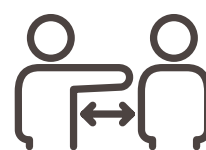
TIRE OS SAPATOS ANTES DE ENTRAR EM CASA.



DEIXE BOLSA, CARTEIRA, CHAVES ETC. EM UMA CAIXA NA ENTRADA.



TIRE AS ROUPAS E COLOQUE-AS EM UMA SACOLA PLÁSTICA SEPARADA DAS DEMAIS ROUPAS.



EVITE ABRAÇOS E BEIJOS POR ENQUANTO.



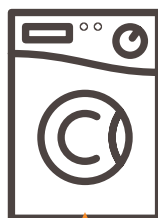
CONSIDERE SUAS MÃOS SEMPRE CONTAMINADAS, LAVE-AS SEMPRE QUE TOCAR EM SUPERFÍCIES NÃO DESINFETADAS.



DESINFETE CELULAR, ÓCULOS E DEMAIS OBJETOS QUE SERÃO USADOS EM CASA COM ÁLCOOL.



TOME BANHO (LAVANDO OS CABELOS) IMEDIATAMENTE APÓS CHEGAR EM CASA.



LAVE SUAS ROUPAS SEPARADAMENTE DAS ROUPAS COMUNS E, SE POSSÍVEL, COM TEMPERATURA MAIOR QUE 60°C. DESINFETE A PARTE EXTERNA DA MÁQUINA AO FINAL.

Com essas dicas, você fica em segurança e ainda protege os outros.

Juntos, vamos sair dessa. Saiba mais em [firjan.com.br/coronavirus](https://firjan.com.br/coronavirus).

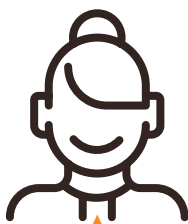
**Firjan SESI**

# ORIENTAÇÕES DE PREVENÇÃO DA COVID-19 PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE

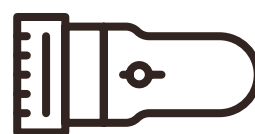
## Cuidados antes de sair de casa



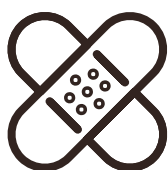
MANTENHA UNHAS CURTAS E LIMPAS. NÃO USE UNHAS ARTIFICIAIS.



PRENDA O CABELO E EVITE USAR BRINCOS, ANÉIS, PULSEIRAS E COLARES.



MANTENHA BARBA E BIGODE BEM APARADOS. SE POSSÍVEL, RASPE.



CUBRA CORTES E ESCORIAÇÕES NAS MÃOS COM CURATIVOS À PROVA D'ÁGUA.



USE CREME HIDRATANTE NAS MÃOS PARA EVITAR O RESSECAMENTO E ESCORIAÇÕES QUE PODEM SER PROVOCADOS PELA LAVAGEM FREQUENTE DAS MÃOS.



PREFIRA TER SAPATOS ESPECÍFICOS PARA O TRABALHO. ELES DEVEM SER FECHADOS E LAVÁVEIS.



CASO TENHA UNIFORME, PREFIRA USÁ-LO NO TRABALHO, EM VEZ DE SUAS ROUPAS DO DIA A DIA. EVITE BLUSAS/ CAMISETAS DE MANGAS LONGAS NO TRABALHO.

Com essas dicas, você fica em segurança e ainda protege os outros.

Juntos, vamos sair dessa. Saiba mais em [firjan.com.br/coronavirus](https://firjan.com.br/coronavirus).