



Conselho sobre Coronavírus

A melhor forma de se proteger a si e outros é lavar as mãos metodicamente durante 20 segundos:



1. Aplique sabão nas mãos molhadas



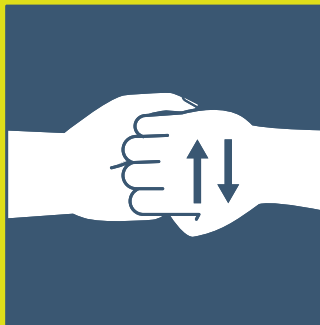
2. Esfregue as palmas das mãos friccionando-as entre si



3. Entrelace os dedos e esfregue o dorso das mãos



4. Entrelace os dedos e lave entre os dedos



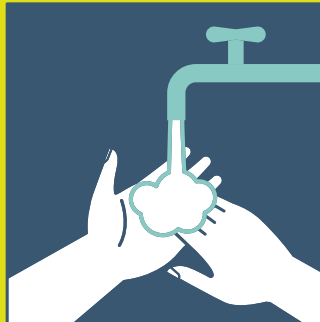
5. Lave o dorso dos dedos em movimento vai-e-vem



6. Esfregue os polegares



7. Lave as unhas e pontas dos dedos



8. Passe as mãos por água



9. Seque as mãos com uma toalha de papel descartável. Use a mesma para fechar a torneira