

## O QUE FAZER CASO TENHA ALGUM SINTOMA



**Nariz escorrendo (coriza e mal estar) -** fique longe das pessoas, mantenha-se isolado

**Tosse e febre** - procure o posto de saúde mais próximo do local que você costuma ficar, peça máscaras para usar na unidade de saúde e troque regularmente sempre que estiver suja ou molhada.



**Tosse, febre e falta de ar** - procure com urgência a unidade de saúde mais próxima e use máscaras!

**LEMBRE-SE:** Essa doença se espalha como sarampo e varíola, que mataram muita gente! **Ainda não existe vacina para essa doença**, por isso é muito importante ter todos esses cuidados!



GOVERNO DO  
ESTADO DO CEARÁ  
Secretaria da Saúde

## Cartilha de Orientação e Prevenção sobre o Coronavírus (Covid-19)



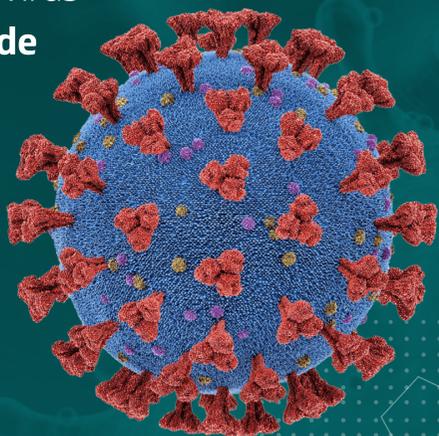
**Tome cuidado,  
irmão, irmã!**



GOVERNO DO  
ESTADO DO CEARÁ  
Secretaria da Saúde

## O QUE É O CORONAVÍRUS?

É uma doença transmitida por um vírus que é **muito contagioso** e que **pode levar à morte**. Ainda não existe vacina para a doença. Como vivemos nas ruas, muitas vezes temos baixa imunidade. Por isso, precisamos seguir todas as orientações desta cartilha para nos proteger.



## COMO PEGA A DOENÇA?

A transmissão ocorre principalmente de pessoa para pessoa, como uma gripe. Pode ocorrer por meio de saliva, espirro, tosse, catarro, toque ou aperto de mão ou de objetos contaminados. Os sintomas podem aparecer até 12 dias após o contato com o vírus.



**Tome cuidado,  
irmão, irmã!**



## MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- ✓ Se possível, evite locais com muita gente. Na hora do "estouro" (momento de buscar alimento), mantenha distância de 2 metros das pessoas ao redor.
- ✓ Lave as mãos, punhos, unhas e espaços entre os dedos com água e sabão. Se não puder, use álcool em gel.
- ✓ Cubra a boca quando tossir ou espirrar. Nunca toque olhos, boca e nariz sem lavar as mãos.
- ✓ Não compartilhe latinhas, back, canudos, cachimbos, cigarros e similares, nem copos, garrafas, talheres ou outros utensílios.
- ✓ Não abrace, pegue na mão ou beije pessoas para cumprimentá-las.
- ✓ Quando for dormir, coloque o colchão ou papelão a 2 metros de distância de outras pessoas. Se dormir com alguém, fique em posições alternadas (um de cima para baixo, outro de baixo para cima, de modo a não ficar cabeça com cabeça)