## Orientações para o uso de máscaras de pano.





 Lave bem as mãos antes de colocar sua máscara e lembre-se de lavá-la antes do primeiro uso.



 Coloque-a de forma que cubra totalmente a boca e o nariz, e fique bem ajustada ao rosto, sem espaços nas laterais.



 Deve ser trocada após duas horas de uso ou sempre que estiver úmida.



 Durante o uso, não toque na máscara. E nunca coce o nariz ou os olhos.



· Após o uso, lave-a com água e sabão ou com água sanitária.



· Seque-a bem ao sol e, depois de seca, passe ferro quente.



 Retire-a pegando apenas nas laterais e guarde-a em saco plástico ou lave-a imediatamente.



· Lave bem as mãos após retirar a máscara.



 A máscara não impede o contágio. É uma barreira caso precise sair de casa.



· O distanciamento social continua sendo necessário.

Pacote com 5 máscaras de pano.

## • • • NO CASO DE SINTOMAS • • •

Se você tem mais de sessenta anos ou tem diabetes, asma ou hipertensão e tiver sinais de gripe, como tosse e febre, procure uma unidade de saúde. E qualquer um que sentir também febre alta e falta de ar deve procurar atendimento.

## Fique em casa, mas se precisar sair:





 Para facilitar a higienização das mãos, não use relógio, anéis e pulseiras.



· Prenda o cabelo.



Evite tocar em qualquer objeto ou superfície.



 Se possível, leve lencinhos descartáveis e use-os para tocar superfícies de uso comum, como maçanetas.



· Se não for possível, higienize as mãos em seguida.



· Após o uso de lenço de papel, descarte-o no lixo.



• Mantenha distância de, no mínimo, dois metros das pessoas, principalmente daquelas que estiverem tossindo e/ou espirrando.



Não cumprimente as pessoas com aperto de mão, beijo e abraço.
Após utilizar dinheiro ou cartão, lave as mãos com água e sabão.
Caso não seja possível, utilize álcool em gel 70%.



 Não toque o rosto, especialmente olhos, boca e nariz, antes de higienizar suas mãos com água e sabão.









