

POR UM LADO,  
É ESSENCIAL QUE  
VOCÊ SE CUIDE

**FICANDO EM CASA**



*Lave as mãos com frequência e, ao tossir ou espirrar, cubra o nariz ou a boca com o braço ou um lenço, mas nunca com as mãos. E jamais leve as mãos sujas à boca, olhos e nariz.*

**SAIBA ONDE E QUANDO PROCURAR AJUDA**



**CORIZA**  
Fique em casa



**CORIZA+FEBRE**  
Fique alerta em casa



**CORIZA+FEBRE  
+TOSSE**  
Procure uma UBS



**CORIZA+FEBRE  
+TOSSE  
+FALTA DE AR**  
Procure uma  
UPA ou uma unidade  
de emergência

PARA MAIS  
INFORMAÇÕES, **LIGUE 136**

