

**Dia Mundial da Higiene das Mãos 5 de maio**

# **LAVAR AS MÃOS = SALVAR VIDAS**

**INCLUA NA SUA ROTINA A LAVAGEM DAS MÃOS  
(VÁRIAS VEZES AO DIA)!**

**AO TOSSIR OU ESPIRRAR, PROTEJA A BOCA E O  
NARIZ COM UM LENÇO DESCARTÁVEL OU O  
ANTEBRAÇO.**

**TOME A MEDICAÇÃO COMO PRESCRITA.**

**QUANDO ESTIVER DOENTE (COM GRIPE, POR  
EXEMPLO) EVITE CONTACTOS PRÓXIMOS E  
LUGARES COM MUITAS PESSOAS.**